



เอกสารข่าวสารงานวิจัยและผลงาน

Research and Development Newsletter

ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๔๙ ประจำเดือน กันยายน พ.ศ. ๒๕๕๙

งานวิจัยและพัฒนา



- ☺ โครงการ : การวิเคราะห์นโยบาย มาตรการ และองค์การที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในประเทศไทย
- ☺ โครงการเจาะชนรุ่นใหม่ใส่ใจสุขภาพ : การจัดกิจกรรมการวิ่งนรุษสุขภาพ แบบมีส่วนร่วม พ.ศ. ๒๕๕๗

บทความที่น่าสนใจ

- ☺ การบริหารความขัดแย้ง
 - ☺ วิธีแก้ไขความขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์
- ### สาระน่ารู้
- ☺ การสร้างภูมิคุ้มกันด้วยการนวดระบำบำบัด



เปิดโลกกว้างด้วยศัพท์วิจัย

- ☺ กระบวนทัศน์ (Paradigm)
- แวดวงนักวิจัย
- ☺ อาจารย์คณิน บุญสุวรรณ

“ขอมุ่มาตรฐาน อธิการก้าวไกล รัฐสภาไทยก้าวหน้า”

กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา สำนักวิชาการ
สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร

เอกสารข่าวสารงานวิจัยและพัฒนา

Research and Development Newsletter

ปีที่ ๕ ฉบับที่ ๔๔

ประจำเดือน กันยายน ๒๕๕๙

ที่ปรึกษา

นายจเร พันธุ์เปรื่อง

รองเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร

นางวิจิตรา วัชรภรณ์

ผู้อำนวยการสำนักวิชาการ

บรรณาธิการบริหาร

นางสาวจิรพรรณ กาญจนอุดม

ผู้อำนวยการกลุ่มงานวิจัยและพัฒนา

กองบรรณาธิการ

นางสาวอุษา

ไมษิตตระกูล

นางสิวาพร

สุขเอียด

นางสาวพจนา

ธีรามนตร์

นางสุทธาทิพย์

กัญวัฒนากุล

นางสาวนารีลักษณ์

ศิริวรรณ

นายจันทมร

สีหาบุญลี

นางสาวปิยะวรรณ

ปานโต

นางสาววิมลลักษณ์

ศานติธรรม

นางสาวปรียาวรรณ

สุวรรณสุนัย

บรรณาธิการ

นางสาววิมลลักษณ์

ศานติธรรม

ผู้จัดทำ

นางสาวธณัฐดา

หาเรือนศรี

ฝ่ายเผยแพร่

นางศศิภา

พลอยเสงี่ยมพงษ์

วัตถุประสงค์

เพื่อเผยแพร่และประชาสัมพันธ์ข้อมูล ข่าวสาร
ด้านการวิจัยและพัฒนา ซึ่งเป็นการเพิ่มพูนความรู้
ให้แก่บุคคลในวงงานรัฐสภา อันเป็นประโยชน์ต่อ
การปฏิบัติงานด้านนิติบัญญัติ

กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา

สำนักวิชาการ

สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร

ถนนประดิพัทธ์ เขตพญาไท

กรุงเทพมหานคร ๑๐๕๐๐

โทรศัพท์ ๐ ๒๒๕๔ ๒๐๖๗ - ๘

โทรสาร ๐ ๒๒๕๔ ๒๐๖๒

บทบรรณาธิการ

เอกสารข่าวสารงานวิจัยและพัฒนา ฉบับที่ ๔๙ ประจำเดือนกันยายน ๒๕๕๙ ขอเริ่มต้นงานวิจัยและพัฒนาด้วย โครงการ : การวิเคราะห์นโยบาย มาตรการ และองค์การที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในประเทศไทย ผู้อ่านจะได้ทราบถึงประสิทธิภาพในการบริหารจัดการและผลกระทบจากการดำเนินงานด้านนโยบาย มาตรการและองค์การที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดที่จัดทำขึ้นภายในประเทศไทย ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๕๔ จนถึงปัจจุบัน และเมื่อป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดแล้ว เราก็จะต้องปลูกจิตสำนึกให้เยาวชนหันมาสนใจสุขภาพด้วย โครงการเยาวชนรุ่นใหม่ใส่ใจสุขภาพ : การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สุขภาพแบบมีส่วนร่วม พ.ศ. ๒๕๕๗ บทความที่น่าสนใจฉบับนี้มีเรื่อง การบริหารความขัดแย้ง เนื่องจากความขัดแย้งจะนำมาซึ่งความแตกแยกไม่เข้าใจกัน ซึ่งถ้าความขัดแย้งมีความรุนแรงมากอาจเป็นผลเสียต่อองค์กร จึงจำเป็นที่ผู้บริหารต้องหาแนวทางในการควบคุมและแก้ไขโดยสนับสนุนให้มีการนำเทคนิคการแก้ไขความขัดแย้งด้วย วิธีแก้ไขความขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์

ในช่วงเดือนกันยายน ท่านผู้อ่านอาจกำลังเครียดกับเหตุการณ์ต่าง ๆ และสถานการณ์ของบ้านเมืองเรา สาระนั้นจึงขอเสนอแนะวิธีที่จะทำให้เราอยู่ในสังคมเราได้อย่างมีความสุข โดยการสร้างภูมิคุ้มกันด้วยการหัวเราะบำบัด เปิดโลกกว้างด้วยศัพท์วิจัย มารู้จักคำว่า กระบวนทัศน์ (Paradigm) ส่วนแวดวงนักวิจัยฉบับนี้ขอแนะนำอดีตสมาชิกสภาวิจัย (ส.ส.ร.) และอดีตสมาชิกสภาผู้แทนราษฎร หลายสมัย คือ นายคณิน บุญสุวรรณ

ปิดท้ายวิจัยด้วยการนำเสนอกิจกรรมของกลุ่มงานวิจัยและพัฒนา ในการเข้าร่วมจัดแสดงผลงานภาคนิทรรศการกับสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) ในงาน “การนำเสนอผลงานวิจัยแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๙” (Thailand Research Expo ๒๐๐๖) เมื่อวันที่ ๙ - ๑๓ กันยายน ๒๕๕๙ ณ ห้องบางกอกคอนเวนชัน เซ็นเตอร์ ศูนย์การค้าเซ็นทรัลพลาซ่า ลาดพร้าว


กองบรรณาธิการหวังเป็นอย่างยิ่งว่าท่านผู้อ่านจะได้รับประโยชน์จากสารต่าง ๆ ที่ได้นำเสนอไว้ในเอกสารข่าวสารงานวิจัยและพัฒนา ประจำเดือนกันยายน ๒๕๕๙ นี้


กองบรรณาธิการ

สารบัญ

หน้า


งานวิจัยและพัฒนา

 โครงการ : การวิเคราะห์นโยบาย มาตรการ และองค์กรที่เกี่ยวข้องกับ
การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในประเทศไทย
จันทมร สีหาบุญลี ๑

 โครงการเยาวชนรุ่นใหม่ใส่ใจสุขภาพ : การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สุขภาพ
แบบมีส่วนร่วม พ.ศ. ๒๕๕๗ ๘
นารีลักษณ์ ศิริวรรณ

บทความที่น่าสนใจ

 การบริหารความขัดแย้ง ๑๕
ปิยะวรรณ ปานโต

 วิธีการแก้ไขความขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์ ๒๓
นารีลักษณ์ ศิริวรรณ

สาระน่ารู้

 สร้างภูมิคุ้มกันด้วยการหัวเราะบำบัด ๒๗
วิมลลักษณ์ ศานติธรรม


เปิดโลกกว้างด้วยศัพท์วิจัย

 กระบวนทัศน์ (Paradigm) ๓๑
ปรียวรรณ สุวรรณสุนย์

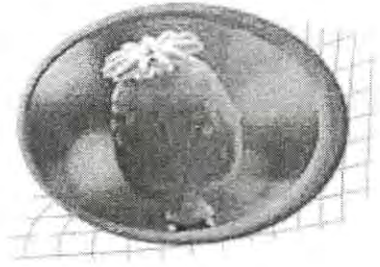
แฉดวงนักวิจัย

 นายคณิน บุญสุวรรณ ๓๓
วิมลลักษณ์ ศานติธรรม

ปิดท้ายวิจัย

 การนำเสนอผลงานวิจัยแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๕๙ ๓๙
บรรณาธิการ

งานวิจัยและพัฒนา งานวิจัยและพัฒนา



โครงการ : การวิเคราะห์นโยบาย มาตรการ และองค์กรที่เกี่ยวข้องกับการป้องกัน
และแก้ไขปัญหายาเสพติดในประเทศไทย

วิจัยโดย เตชา สังฆวรรณ และคณะ

ปัญหาอาชญากรรมเกี่ยวกับยาเสพติด เป็นปัญหาทางเศรษฐกิจและสังคมของประเทศไทย ที่ก่อผลร้ายต่อผู้เสพ เป็นการสูญเสียปัจจัยการผลิตในด้านกำลังคน และกำลังเงินเป็นจำนวนมาก นอกจากนี้ยังส่งผลกระทบต่อสวัสดิภาพทางสังคม เสถียรภาพทางเศรษฐกิจ ความมั่นคงทางการเมือง การปกครองของประเทศ ปัญหาเหล่านี้รัฐบาลแต่ละยุคได้พยายามวางมาตรการและนโยบาย เพื่อควบคุมป้องกันและปราบปรามยาเสพติดมาโดยตลอด แต่ปัญหามีได้ลดน้อยลง ในทางตรงกันข้ามกลับทวีความรุนแรงมากยิ่งขึ้น จากปรากฏการณ์ที่เกิดขึ้น ผู้วิจัยจึงได้ทำการศึกษา วิเคราะห์ สังเคราะห์ และประมวลผลโครงการ มาตรการ นโยบาย และงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในประเทศไทย โดยมีวัตถุประสงค์ของการศึกษาวิจัย คือ เพื่อสำรวจและทบทวนมาตรการ นโยบาย และองค์กรที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในประเทศไทย ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๔๔ จนถึงปัจจุบัน เพื่อสังเคราะห์ และประเมินประสิทธิภาพ และความเหมาะสมของการบริหารจัดการตามมาตรการ นโยบายและองค์กรที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด เพื่อสังเคราะห์และประเมินผลกระทบจากการดำเนินตามมาตรการ นโยบายที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด เพื่อประมวลภาพรวมและสาระสำคัญของมาตรการ นโยบาย และองค์กรที่ได้จากการรวบรวม สรุป องค์ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด และข้อเสนอแนะ ขอบเขต และแนวทางในการจัดการและพัฒนานโยบาย การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในประเทศ

สำหรับขอบเขตของการศึกษาในครั้งนี้ ผู้วิจัยมุ่งศึกษามาตรการ นโยบายและองค์กรที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดที่จัดทำขึ้นภายในประเทศไทย ตั้งแต่ปี พ.ศ. ๒๕๔๔ จนถึงปัจจุบัน โดยต้องการทราบถึงประสิทธิภาพในการบริหารจัดการและผลกระทบจากการดำเนินงาน การศึกษาจึงใช้ข้อมูลจากแหล่งต่าง ๆ รวมทั้งต้องใช้วิธีการและเครื่องมือในการเก็บรวบรวมข้อมูลหลายประเภท เพื่อให้ได้ข้อมูลที่มีความถูกต้องเหมาะสมครอบคลุมกลุ่มตัวอย่างต่าง ๆ อย่างครบถ้วน

ผลของการศึกษาวิจัย พบว่า

๑. ด้านมาตรการ นโยบาย และองค์กรที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในประเทศไทย ตั้งแต่ พ.ศ. ๒๕๔๔ จนถึงปัจจุบัน

มีกระบวนการดำเนินงานตามมาตรการ และนโยบายที่สำคัญขององค์กรต่าง ๆ ประกอบด้วย

๑.๑ การส่งเสริมให้เกิดกระบวนการเรียนรู้ในหลายรูปแบบ เช่น การจัดเวทีแลกเปลี่ยนเรียนรู้ การอบรมสัมมนา การจัดกิจกรรมรณรงค์ การจัดตั้งศูนย์การเรียนรู้ โดยที่องค์กรในระดับนโยบาย จะเน้นการเรียนรู้ในลักษณะของการประชุม อบรม สัมมนาเพื่อสร้างความรู้ความเข้าใจที่ถูกต้อง ชัดเจน ตามแนวนโยบายที่กำหนดขึ้น ส่วนองค์กรชุมชนจะเน้นการแลกเปลี่ยนเรียนรู้เกี่ยวกับกระบวนการทำงาน จากประสบการณ์จริงในพื้นที่

๑.๒ การประสานพลังร่วมกันในการทำงาน ซึ่งองค์กรทุกระดับมีการประสานงานและร่วมมือกับภาคีอื่น ๆ ในการดำเนินงานป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด

๑.๓ การจัดการแบบรับผิดชอบต่อสาธารณะ ส่วนใหญ่หน่วยงานในทุกระดับให้ความสำคัญกับการบริหารงานอย่างโปร่งใส ตรวจสอบได้ เช่น มีการทำบันทึกการรับรายงาน บันทึกการประชุม แต่การให้คำอธิบายในเรื่องของผลกระทบที่เกิดขึ้นจากกระบวนการทำงาน โดยเฉพาะจำนวนผู้เสียชีวิตจากการดำเนินงานขององค์กรระดับนโยบายและองค์กรที่มีหน้าที่รับผิดชอบโดยตรงไม่สามารถให้คำอธิบายที่ชัดเจนกับสังคมได้

๑.๔ การกระจายอำนาจ โดยเฉพาะองค์กรในระดับนโยบาย เน้นการกระจายอำนาจแบบรวมศูนย์ คือ การทำงานที่ยึดนโยบายและยุทธศาสตร์ของรัฐบาลเป็นแกนกลาง จากนั้นก็มีการส่งนโยบายดังกล่าวไปสู่องค์กรในระดับจังหวัด อำเภอ และชุมชน / หมู่บ้าน โดยการดำเนินกิจกรรมเพื่อการป้องกันและแก้ไขปัญหาดังกล่าว ในระดับพื้นที่นั้น เกิดจากความคิดริเริ่มของคณะทำงานพื้นที่ และต้องอยู่ภายใต้กรอบทิศทางที่ถูกต้องไว้

๒. การสังเคราะห์และประเมินประสิทธิภาพและความเหมาะสมของการบริหารจัดการตามมาตรการ นโยบาย และองค์กรที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด

พบว่า ปัจจัยที่เป็นสาเหตุที่สำคัญในการดำเนินงานเพื่อป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดขององค์กรทุกระดับ คือ

๒.๑ ศักยภาพ ความพร้อมขององค์กรทั้งในระดับองค์กรส่วนกลาง ซึ่งเป็นองค์กรระดับนโยบาย องค์กรระดับจังหวัด และองค์กรชุมชน ซึ่งเป็นองค์กรระดับปฏิบัติล้วนมีศักยภาพและความพร้อมที่เข้มแข็ง และการเอาใจจริงเอาใจในการทำงานโดยเฉพาะผู้นำองค์กร ทั้งผู้นำทางการ และผู้นำตามธรรมชาติ ประกอบกับคนในสังคมและกลุ่มองค์กรทางสังคมต่าง ๆ เกิดการตื่นตัวและตระหนักในปัญหายาเสพติดที่เกิดขึ้น

๒.๒ ระบบสนับสนุนที่สำคัญ ได้แก่ องค์กรภาคีความร่วมมือต่าง ๆ เช่น องค์กรภาครัฐ เอกชน และเครือข่ายภาคประชาสังคมอื่น ๆ ส่วนใหญ่ให้การสนับสนุนในเรื่องของงบประมาณและกำลังคน ในการดำเนินกิจกรรม และสนับสนุนองค์ความรู้ในการปฏิบัติงานด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด

๒.๓ นโยบาย มาตรการที่เกี่ยวข้อง พบว่า นโยบายประกาศสงครามต่อสู้เพื่อเอาชนะ ยาเสพติดเป็นนโยบายที่สำคัญในการเอื้อให้เกิดกระแสความร่วมมือในการทำงานเพื่อนำไปสู่การแก้ไข ปัญหายาเสพติดในทุกกระดับ แต่อย่างไรก็ตามในระดับพื้นที่ โดยเฉพาะในชุมชน นโยบายที่จัดทำขึ้นช่วย สนับสนุนการทำงานของคณะทำงาน ในทางตรงกันข้ามนโยบายเหล่านั้นกลับเป็นการบ่อนทำลายพลังในการ ทำงานของชุมชน เช่น การขึ้นบัญชีดำรายชื่อผู้ที่เกี่ยวข้องกับยาเสพติด ซึ่งมีผลกระทบต่อขวัญและกำลังใจ ของคนในชุมชน

๓. การสังเคราะห์และประเมินผลกระทบจากการดำเนินตามมาตรการ นโยบายที่เกี่ยวข้อง กับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด

๓.๑ เกิดทุนทางสังคมที่ขับเคลื่อนงานด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ทุนทางสังคมสำคัญที่เกิดขึ้น ได้แก่ การเกิดโครงสร้างใหม่ในการแก้ไขปัญหายา เช่น เกิดศูนย์ปฏิบัติงานต่อสู้ หรือเอาชนะยาเสพติด หรือ ศตส.* ในทุกระดับ หรือเกิดมาตรการทางสังคมในการควบคุม แก้ไขปัญหา ยาเสพติดในชุมชน รวมทั้งการสร้างผู้นำใหม่ในการดำเนินงานในระดับชุมชน เช่น การเข้ามามีส่วนร่วมใน การแก้ไขปัญหายาของกลุ่มเยาวชน การเสริมสร้างความเข้มแข็งของทุนทางสังคมเดิมที่มีอยู่แล้ว เช่น โรงเรียน ปอเนาะ ระบบการเคารพผู้อาวุโส เป็นต้น

๓.๒ การบูรณาการและความเชื่อมโยงของมาตรการ นโยบาย ขององค์กร ในการ แก้ไขปัญหายาเสพติดและด้านอื่น ๆ นั้น ผลการดำเนินงานยังไม่ปรากฏชัดเจนนัก เนื่องจากมุ่งแก้ไข เฉพาะปัญหายาเสพติด โดยไม่ได้สร้างความเชื่อมโยงในการแก้ไขปัญหายาอย่างเพียงพอเหมาะสม จนเกิดผล กระทบจากการดำเนินงานด้านอื่น ๆ เช่น ด้านสังคม เศรษฐกิจ และความสามัคคีปรองดองของคนในสังคม

๓.๓ การเปลี่ยนแปลงจำนวนผู้ผลิต ผู้ค้า ผู้เสพยาเสพติด โดยภาพรวมพบว่าผู้ผลิต ผู้ค้า และผู้เสพยาเสพติดมีจำนวนลดน้อยลง อย่างไรก็ตามผลกระทบที่เกิดจากการดำเนินงานตามนโยบายนี้ ผู้เสพได้เปลี่ยนแปลงพฤติกรรมจากการเสพยาเสพติด หันมาดื่มสุราแทนและมีจำนวนเพิ่มมากขึ้น

๓.๔ การขยายภาคีความร่วมมือ โดยภาพรวมองค์กรทุกระดับให้ความสำคัญกับการ ขยายภาคีความร่วมมือในการทำงาน แต่มีข้อจำกัดหลายอย่างที่ทำให้พลังในการขับเคลื่อนไม่มีความเข้มแข็ง เช่น ข้อจำกัดด้านงบประมาณที่สนับสนุน ความต่อเนื่องของกระบวนการทำงาน ความรุนแรงของปัญหา ยาเสพติดในพื้นที่ เป็นต้น

* ศตส. ศูนย์ปฏิบัติงานต่อสู้เพื่อเอาชนะยาเสพติด

๔. ภาพรวมและสาระสำคัญของมาตรการ นโยบายและองค์กรที่ได้จากการรวบรวมที่เป็นองค์ความรู้เกี่ยวกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด

๔.๑ การขับเคลื่อนงานด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด

ผลจากการดำเนินงานตามนโยบายประกาศสงครามต่อสู้เพื่อเอาชนะยาเสพติด ก่อให้เกิดทุนทางสังคมที่ขับเคลื่อนงานด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดที่เป็นรูปธรรม เช่น เกิดองค์กรหรือการร่วมกลุ่ม และที่เป็นนามธรรม เช่น ความตระหนักและความตื่นตัวในการเข้าร่วมกระบวนการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดของภาคประชาชน และหน่วยงาน องค์กรต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้อง ไม่ว่าจะเป็นภาครัฐ หรือภาคเอกชน ทำให้เกิดการขับเคลื่อนงานด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ดังนี้

๔.๑.๑ เกิดศูนย์ปฏิบัติการต่อสู้เพื่อเอาชนะยาเสพติดหรือ ศตส. ในระดับต่าง ๆ เพราะ ศตส. เหล่านี้เป็นตัวจักรสำคัญในการขับเคลื่อนงานการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด แม้จะไม่ค่อยมีประสิทธิภาพเท่าที่ควร แต่ก็ส่งผลให้การขับเคลื่อนราบรื่นมากยิ่งขึ้น และยังเป็นสิ่งที่ต้องติดตามและปรับปรุงอย่างต่อเนื่อง

๔.๑.๒ เกิดกลุ่มองค์กรภาคประชาชนที่ดำเนินงานด้านการป้องกันและแก้ไขปัญหา ยาเสพติดในระดับรากหญ้า เช่น ผู้ประสานพลังแผ่นดิน ชุมชนเข้มแข็งตามแนวชายแดน หรือสมาชิก โครงการ To Be Number One และถ้าหากต้องการแก้ไขปัญหายาเสพติดอย่างยั่งยืน ควรเน้นการทำงาน บนพื้นฐานเพื่อส่วนร่วมและจิตใจที่เสียสละ

๔.๑.๓ ความตระหนัก ความตื่นตัวของภาคประชาชนในการร่วมมือป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดมีมากขึ้น เพราะการประชาสัมพันธ์ผ่านช่องทางด้านการสื่อสารมวลชนอย่างต่อเนื่อง ดังนั้นรัฐบาลต้องเน้นกระบวนการทำงานในลักษณะนี้ต่อไป ไม่ทำในลักษณะชั่วคราวชั่วคราว

๔.๒ การขยายภาคีความร่วมมือ

จากเดิมการทำงานในการแก้ไขปัญหายาเสพติด โดยภาพรวมของประเทศจะเน้นการทำงานด้านการป้องกันเป็นหลัก การทำงานขององค์กรหรือหน่วยงานต่าง ๆ มีลักษณะต่างคนต่างทำ และขาดการบูรณาการร่วมกัน ภายหลังจากที่รัฐบาลประกาศสงครามต่อสู้เพื่อเอาชนะยาเสพติดได้เกิดแนวทางการทำงานที่ชัดเจนมากขึ้น ส่งผลให้เกิดภาคีความร่วมมือระหว่างองค์กรครอบคลุมประเทศ แต่อย่างไรก็ตาม ประเด็นความเข้มแข็งของการเชื่อมโยงเครือข่ายเหล่านี้ เป็นสิ่งที่ต้องพัฒนาให้มีประสิทธิภาพ และทำงานอย่างจริงจัง

นอกจากความสำเร็จที่เกิดจากนโยบายและมาตรการในการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดแล้ว ยังมีข้อจำกัดของการดำเนินนโยบายประกาศสงครามต่อสู้เพื่อเอาชนะยาเสพติด คือ

๑. การดำเนินการตามนโยบายดังกล่าวยังไม่มีประสิทธิภาพเพียงพอที่จะทำลายล้างแหล่งผลิตขนาดใหญ่ และเครือข่ายยาเสพติดในระดับสูงลงได้ เนื่องจากปัญหาเหล่านี้เป็นปัญหาระหว่าง

ประเทศ ดังนั้นการแก้ไขโดยรัฐบาลไทยในฐานะที่เป็นรัฐเดี่ยวไม่สามารถทำได้โดยลำพัง จำเป็นต้องได้รับความร่วมมือจากประเทศต่าง ๆ ในภูมิภาค เพื่อให้การแก้ไขปัญหามีประสิทธิภาพและมีความยั่งยืนตลอดไป

๒. ความหายนานในการดำเนินงานโดยเฉพาะมาตรการการปราบปรามที่เป็นไปในลักษณะ “ไฟไหม้ฟาง” ซึ่งยังปรากฏให้เห็นอยู่โดยเฉพาะหลังจากที่รัฐบาลได้ประกาศ “ชัยชนะ” จากการทำสงครามกับยาเสพติด

๓. กระบวนการบำบัดรักษาผู้ติดและผู้เสพยาเสพติด จะเน้นการถอนพิษยาออกจากร่างกาย ส่วนการฟื้นฟูโดยองค์ประกอบด้านพฤติกรรมและสิ่งแวดล้อมที่เป็นปัจจัยสำคัญของการเสพติดนั้น ยังไม่ได้รับการแก้ไขให้มีประสิทธิภาพอย่างเพียงพอ

๔. ข้อจำกัดอันเนื่องมาจากความสูญเสียและผลพวงที่เกิดขึ้น โดยมีได้ตั้งใจและมิได้คาดหมาย โดยเฉพาะความสูญเสียในด้านชีวิตของผู้คนที่เกี่ยวข้องที่เกิดจากการประกาศสงครามต่อสู้เพื่อเอาชนะยาเสพติดของรัฐบาลไม่มีความกระจ่าง และทำให้เกิดข้อกังขามากมาย ซึ่งมีผลโดยตรงต่อ “ความชอบธรรม” ในการดำเนินนโยบายอย่างมีประสิทธิภาพของรัฐบาล

๕. ผู้วิจัยมีข้อเสนอแนะการป้องกันและแก้ไขปัญหา ยาเสพติด ๓ ส่วนดังนี้

๕.๑ ข้อเสนอแนะเชิงนโยบาย

๕.๑.๑ รัฐบาลและหน่วยงานที่เกี่ยวข้องควรมีการตรวจสอบถึงสัมฤทธิ์ผลของนโยบาย เพื่อขยายผลไปสู่นโยบายด้านอื่น ๆ และการดำเนินนโยบายต้องต่อเนื่อง โดยอาศัยนโยบายในอดีตเป็นฐานของการพัฒนาเปลี่ยนแปลงการดำเนินนโยบายในปัจจุบัน

๕.๑.๒ การกำหนดและการดำเนินนโยบายควรเป็นสิ่งที่ตั้งอยู่บนฐานของบริบททางวัฒนธรรม สังคม และเศรษฐกิจ ในสังคมอย่างแท้จริง

๕.๑.๓ การกำหนดและการดำเนินนโยบาย ควรมีความร่วมมือระหว่างประเทศ ทั้งในระดับภูมิภาคและระดับนานาชาติ

๕.๑.๔ รัฐบาลควรหลีกเลี่ยงนโยบายที่ส่งผลกระทบต่อการละเมิดสิทธิมนุษยชน และควรเสริมสร้างระบบงานยุติธรรมทางอาญาให้เป็นไปในทิศทางเดียวกันทั้งระบบ

๕.๑.๕ นโยบายการแก้ไขปัญหายาเสพติด ควรตั้งอยู่บนพื้นฐานความเข้าใจอย่างถ่องแท้ของตัวปัญหา โดยเฉพาะปัญหาทางด้านอุปสงค์ (Demand) ในตัวสารเสพติด

๕.๑.๖ ควรให้ทุกฝ่ายมีส่วนร่วมในการกำหนดนโยบาย

๕.๑.๗ ควรสนับสนุนโครงการเดิมที่มีอยู่แล้วให้ดำเนินไปอย่างต่อเนื่อง เช่น การคืนคนดีสู่สังคม กองทัพไทยต้านภัยยาเสพติด ศูนย์พัฒนาคุณธรรม โครงการ To Be Number One ฯลฯ

๕.๑.๘ รัฐบาลจำเป็นต้องวางแผนแก้ไขปัญหายาเสพติดจากโครงการพัฒนาต่าง ๆ ที่เกี่ยวข้องกับสัมพันธ์กับยาเสพติด เช่น กลุ่มชาติพันธุ์ในภาคเหนือ ภาวะความยากจน การย้ายคนออกจากป่า

๕.๑.๙ รัฐบาลควรมีนโยบายสนับสนุนอาชีพแก่ผู้เสพยาเสพติดที่ผ่านการบำบัดรักษา เพื่อคืนคนดีสู่สังคม

๕.๒ ข้อเสนอแนะเชิงการบริหารจัดการ

๕.๒.๑ นโยบายของรัฐบาลมีความชัดเจนในการวางโครงสร้างขององค์การปฏิบัติงานในระดับต่าง ๆ เพราะยังมีอุปสรรค ข้อขัดข้องในการดำเนินงานอันเนื่องมาจากโครงสร้างขององค์การที่ไม่ชัดเจน ไม่มีศักยภาพ ดังนั้นรัฐบาลจึงควรมีการเร่งตรวจสอบ ติดตาม และประเมินผลการทำงานขององค์กรแต่ละระดับ

๕.๒.๒ ควรมีการทำงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง เพื่อปรับปรุง พัฒนา การบริหารจัดการขององค์กรในทุกระดับและควรนำผลงานวิจัยนั้นมาใช้ให้เกิดประโยชน์อย่างเป็นรูปธรรม

๕.๒.๓ ควรมีการปรับปรุงประสิทธิภาพผู้บริหารของหน่วยงานราชการให้ดียิ่งขึ้น อีกทั้งยังควรคำนึงถึงการประสานงานกับภาคีเครือข่ายภาคประชาชนอื่น ๆ ให้มากยิ่งขึ้น

๕.๒.๔ ควรมีการบริหารจัดการด้านระบบข้อมูลยาเสพติดที่มีเอกภาพในแต่ละจังหวัด เพื่อให้ได้มาซึ่งข้อมูลที่ต้องการ เป็นจริงตามสภาพปัญหาอันสามารถนำไปประกอบการวางแผนการแก้ไขปัญหามันที่สอดคล้องและถูกต้องกับความเป็นจริงได้

๕.๒.๕ เนื่องจากสภาพปัญหาในแต่ละจังหวัดแตกต่างกัน จึงไม่ควรมีสูตรสำเร็จในการแก้ไขปัญหามัน

๕.๒.๖ ควรมีการเสริมสร้างความเข้มแข็งให้กับหมู่บ้าน และชุมชนอย่างต่อเนื่อง เพื่อดำรงไว้ซึ่งพื้นที่มีศักยภาพและความเข้มแข็ง และระบบการเฝ้าระวังปัญหายาเสพติดอย่างยั่งยืน

๕.๓ ข้อเสนอแนะเชิงปฏิบัติงาน

๕.๓.๑ การป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด ต้องอาศัยข้อมูลและความรู้ความเข้าใจในสภาพปัญหาที่ถูกต้อง จึงควรมีการติดต่อหารือทางปัญญา พัฒนาศักยภาพ โดยการเสริมสร้างองค์ความรู้ให้กับผู้ปฏิบัติงานอย่างต่อเนื่อง

๕.๓.๒ ให้ความสำคัญกับกิจกรรมส่งเสริมกระบวนการเรียนรู้ เช่น การจัดเวที แลกเปลี่ยนถ่ายทอดองค์ความรู้ในระดับผู้ปฏิบัติงานด้วยกัน เพื่อให้เกิดการเรียนรู้ร่วมกันในการนำผลการปฏิบัติที่ประสบผลสำเร็จมาเป็นต้นแบบขยายผลไปยังพื้นที่อื่น ๆ ต่อไป

๕.๓.๓ ให้ความสำคัญกับการสร้างเครือข่ายและการขยายภาคีความร่วมมือในการทำงาน โดยตั้งอยู่บนพื้นฐานของการสร้างเครือข่ายที่มีความเข้มแข็งและมีประสิทธิภาพในการทำงาน

๕.๓.๔ เน้นการสร้างความต่อเนื่องของระบบการบำบัดรักษา ทั้งนี้กลุ่มผู้เสพยาเสพติดหรือผู้ที่เกี่ยวข้องควรได้รับการบำบัดรักษา และได้รับการติดตามอย่างต่อเนื่องและเป็นระบบ

๕.๓.๕ ควรค้นหาวิธีการใหม่ในการดำเนินงาน ในทุกโครงการที่ดำเนินการเพื่อการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติด เพื่อให้ผู้เสพยาเสพติดลดจำนวนลง และป้องกันผู้เสพยาใหม่ที่จะเกิดขึ้น

เรียบเรียงโดย จันทมร สีหาบุญลี



เอกสารอ้างอิง

เดชา สังฆวรรณ และคณะ. โครงการ : การวิเคราะห์นโยบาย มาตรการ และองค์กรที่เกี่ยวข้องกับการป้องกันและแก้ไขปัญหายาเสพติดในประเทศไทย. กรุงเทพฯ : สำนักงานกองทุนสนับสนุนการวิจัย (สกว.), ๒๕๔๙.



โครงการเยาวชนรุ่นใหม่ใส่ใจสุขภาพ : การจัดกิจกรรมการเรียนรู้สุขภาพแบบมีส่วนร่วม พ.ศ. ๒๕๕๗



วิจัยโดย สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา

หลักการและเหตุผล

กลุ่มเยาวชนในสถานศึกษานับเป็นทรัพยากรสำคัญในการสร้างเสริมสุขภาพของสังคมไทย หากสามารถปลูกจิตสำนึกให้เยาวชนหันมาสนใจในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมสุขภาพของตนเอง ตลอดจนช่วยชักชวนคนรอบข้าง อาทิ ครอบครัว กลุ่มเพื่อน และชุมชนให้หันมาใส่ใจกับพฤติกรรมสุขภาพแล้ว ปัญหาการเจ็บป่วยด้วยโรคติดต่อและไม่ติดต่อน่าง ๆ รวมทั้งโรคที่เกิดจากพฤติกรรมที่เป็นสาเหตุของการเจ็บป่วย และการตาย ๕ อันดับแรก ๆ ของคนไทยก็จะลดลง นอกจากนี้ กลุ่มเยาวชนในสถานศึกษา ซึ่งโดยปกติจะต้องเรียนวิชาที่เกี่ยวข้องกับการสร้างเสริมสุขภาพตามหลักสูตรสถานศึกษาอยู่แล้ว หากสามารถบูรณาการหรือเชื่อมโยงกิจกรรมของโครงการให้เป็นส่วนหนึ่งในการช่วยพัฒนาและสนับสนุนกระบวนการเรียนการสอนเรื่องทักษะสุขภาพ (Health Skills) และทักษะชีวิต (Life Skills) ได้แล้ว ก็จะเป็นประโยชน์ต่อตัวผู้เรียนเอง ต่อสถานศึกษา รวมทั้งหน่วยงานที่รับผิดชอบโดยตรง ได้แก่ กระทรวงสาธารณสุขและกระทรวงศึกษาธิการ นอกจากนี้ ยังเป็นการช่วยสนับสนุนงานการสร้างเครือข่ายอาสาสมัครสร้างเสริมสุขภาพในกลุ่มเยาวชน (Junior Health Guard) ให้ประสบผลสำเร็จและเป็นรูปธรรมมากยิ่งขึ้น

วัตถุประสงค์ของการวิจัย

๑. จัดทำกิจกรรมที่ส่งเสริมการเรียนรู้ด้านสุขภาพที่เหมาะสม มีประสิทธิภาพและเกิดประสิทธิผลต่อกลุ่มเยาวชนในสถานศึกษา
๒. เสนอรูปแบบและกระบวนการจัดการเรียนรู้ และการสร้างทักษะสุขภาพ (Health Skills) ทักษะชีวิต (Life Skills) ในกลุ่มเยาวชน เพื่อเป็นกิจกรรมเสริมหลักสูตรนอกเหนือจากระบบการเรียนการสอนของสถานศึกษา
๓. สร้างแรงจูงใจให้เยาวชนมาเข้าร่วมกิจกรรมการสร้างเสริมสุขภาพกับกระทรวงสาธารณสุขในรูปแบบของอาสาสมัครเยาวชนสร้างเสริมสุขภาพ (Junior Health Guard) เพื่อเป็นกำลังสำคัญในการกระตุ้นพฤติกรรมสุขภาพของสังคมไทย

๔. ประชาสัมพันธ์กิจกรรมของแหล่งเรียนรู้ “อุทยานเมืองสุภาพ” ของกระทรวงสาธารณสุข พร้อมเสนอรูปแบบของสื่อและกิจกรรมที่มีประสิทธิภาพต่อการเรียนรู้ด้านสุขภาพและสามารถกระตุ้นความสนใจให้กับผู้มาเที่ยวชมอุทยานเมืองสุภาพของกระทรวงสาธารณสุข

กลุ่มประชากรเป้าหมาย

กลุ่มประชากรเป้าหมายในโครงการ คือ เยาวชนนอกสถานศึกษาที่มีอายุระหว่าง ๑๐ - ๒๔ ปี ที่อยู่ในชุมชนในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล ๓๗ แห่ง และเยาวชนในสถานศึกษา ระดับประถมศึกษา มัธยมศึกษา และอาชีวศึกษา ที่มีอายุระหว่าง ๑๐ - ๒๔ ปี ที่อยู่ในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล จำนวน ๓๗ แห่ง

สรุปผลการศึกษาวิจัย

๑. การจัดกิจกรรมและการนำเสนอรูปแบบของกิจกรรม

ในการจัดกิจกรรมและการนำเสนอรูปแบบของกิจกรรมสร้างเสริมสุขภาพนั้น ทางโครงการ เห็นว่าน่าจะเป็นกิจกรรมและรูปแบบที่สร้างและคิดขึ้นโดยกลุ่มเยาวชนเอง ดังนั้น ทางโครงการจึงได้จัดฝึกอบรมอาสาสมัครเยาวชนเพื่อสุขภาพและสังคมขึ้นมากลุ่มหนึ่งเป็นการทดลองเพื่อให้เยาวชนกลุ่มนี้ได้สานต่อแนวความคิด และให้เป็นตัวเชื่อมหรือเป็นผู้ทดลองปฏิบัติการในกิจกรรมและในรูปแบบที่คิดขึ้น โดยรับสมัครเยาวชนที่มีอายุ ๑๗ - ๒๔ ปี เข้ามาร่วมในโครงการ

ในการเข้ารับการอบรม กลุ่มอาสาสมัครเยาวชนกลุ่มนี้ถูกแบ่งออกเป็น ๓ กลุ่มย่อย เพื่อจะได้คิดสร้างรูปแบบของการจัดกิจกรรมขึ้นมา โดยทางโครงการคาดหวังว่าน่าจะได้รูปแบบที่แตกต่างกันออกไป ทั้ง ๓ กลุ่ม โดยให้ครอบครัวคลุ่มองค์ความรู้ใน ๖ เรื่อง คือ เพศศึกษา ยาเสพติด สิ่งแวดล้อม โภชนาการ การออกกำลังกาย และการแพทย์แผนไทย ผลปรากฏว่ากลุ่มอาสาสมัครเยาวชนทั้ง ๓ กลุ่ม คิดกิจกรรมออกมาคล้าย ๆ กัน คือ เป็นรูปแบบที่มีความยืดหยุ่นได้ โดยเป็นการให้ความรู้ผสมผสานการเล่น เกม การตอบปัญหา ชิงรางวัล การแสดงละคร การสาธิตด้วยอุปกรณ์ การฉายวีซีดีสั้นทางการ และการให้ผู้เข้าร่วมกิจกรรมมีส่วนร่วมในกิจกรรมด้วย

นอกจากการสร้างรูปแบบของกิจกรรมในการสร้างเสริมความรู้เรื่องสุขภาพแล้ว ในโครงการ ยังจัดให้มีการฝึกอบรมแกนนำนักเรียน เพื่อให้เป็นอีกทางเลือกหนึ่งหรืออีกรูปแบบหนึ่ง ในการสร้างเครือข่ายอาสาสมัครเยาวชนเพื่อสุขภาพและสังคมในโรงเรียน เพราะวิธีนี้จะสามารถช่วยขยายเครือข่ายในโรงเรียนได้เร็ว และเป็นแนวกว้าง แต่ก็มีเงื่อนไขหรือข้อจำกัดอยู่ที่ว่าจะต้องมีงบประมาณให้การสนับสนุนแก่โครงการที่แกนนำนักเรียนขอจัดทำขึ้นหลังเข้ารับการอบรมแล้ว

ในการฝึกอบรมแกนนำนักเรียนนั้น แม้โครงการจะมีการทดลองเพียงครั้งเดียว แต่ปรากฏผลเป็นที่น่าพอใจ แม้จะใช้เวลาในการอบรมไม่มากนัก แต่ก็ยังเป็นประโยชน์แก่ผู้เข้ารับการอบรม เพราะนอกจากจะได้ความรู้ในการสร้างเสริมสุขภาพแล้ว ผู้เข้ารับการอบรมยังได้เพื่อนต่างวัยและต่างสถาบัน เป็นการเสริมทักษะในชีวิต ทำให้ทราบว่าคนแต่ละเพศแต่ละวัยคิดต่างกันอย่างไรมาก เพราะการฝึกอบรมแกนนำนักเรียนครั้งนี้ครอบคลุมนักเรียนในทุกระดับชั้นการศึกษา นอกจากนี้ผู้เข้ารับการอบรมยังได้รวมกลุ่มทำกิจกรรมสนุก ๆ หลายกิจกรรมร่วมกัน และสำคัญที่สุดคือ ได้ฝึกคิดและฝึกเขียนโครงการขอรับทุน เพื่อจัดกิจกรรมในโรงเรียนของตนเองต่อไป

๒. การสร้างอาสาสมัครเยาวชนเพื่อสุขภาพและสังคม

กลุ่มแรกเป็นกลุ่มอาสาสมัครเยาวชน จำนวน ๒๓ คน ที่เข้ามาทำงานในโครงการ ซึ่งเป็นกลุ่มที่ผ่านการฝึกอบรมจากโครงการ และมีประสบการณ์ในการปฏิบัติงานในสนามของโครงการมาแล้ว กลุ่มนี้เป็นกลุ่มที่คิดรูปแบบของกิจกรรมเพื่อสร้างเสริมสุขภาพเยาวชนเพื่อนำลงไปทดลองปฏิบัติในชุมชนและในโรงเรียน โดยมีโอกาสลงทดลองปฏิบัติงานในสนามถึง ๓๗ ชุมชน และ ๗๓ โรงเรียนในเขตกรุงเทพมหานคร และปริมณฑล จึงเป็นกลุ่มที่มีศักยภาพ เพราะกลุ่มอาสาสมัครเยาวชนกลุ่มนี้ มีทั้งประสบการณ์และพัฒนาการในการทำงานเป็นอาสาสมัครเยาวชน

กลุ่มสองเป็นกลุ่มที่เป็นแกนนำนักเรียน ซึ่งกลุ่มนี้เป็นกลุ่มที่ทางโครงการได้มาจากการจัดฝึกอบรมแกนนำนักเรียน จำนวน ๕๘ คน จาก ๘ โรงเรียน ในเขตกรุงเทพมหานครและเขตปริมณฑล โดยทางโครงการคาดหวังกับกลุ่มแกนนำนักเรียนทั้ง ๕๘ คนนี้ว่าจะสามารถสานต่อโครงการสร้างเสริมสุขภาพ โดยการจัดกิจกรรมในโรงเรียนของตนเองต่อไปได้ ซึ่งจากการติดตามและประเมินผลพบผลเป็นที่น่าพอใจ เพราะทุกโครงการที่แกนนำนักเรียนในแต่ละโรงเรียนได้เขียนเข้ามาขอรับทุนสนับสนุนจากโครงการ ได้ถูกนำไปปฏิบัติการในโรงเรียนเรียบร้อยแล้วในช่วงเดือนกุมภาพันธ์ ๒๕๔๘ พร้อมทั้งได้ส่งรายงานการปฏิบัติการและการประเมินผลมาให้ทางโครงการเรียบร้อยแล้วเช่นกัน

กลุ่มสุดท้ายคือกลุ่มที่สมัครเข้ามาเป็นสมาชิกอาสาสมัครเพื่อสุขภาพและสังคม หรือเป็นสมาชิกจูเนียร์เฮลท์การ์ด ด้วยการออกแบบใบสมัครเป็นสมาชิกที่มีทั้งที่กรอกเข้าเป็นสมาชิก เมื่อครั้งที่กลุ่มอาสาสมัครเยาวชนเพื่อสุขภาพและสังคมกลุ่มแรกได้ลงไปปฏิบัติการในชุมชนและในโรงเรียน และที่สมัครผ่านเข้ามาทางเว็บไซต์จูเนียร์เฮลท์การ์ดด้วย (<http://www.juniorhealthguard.org/>) ซึ่งขณะนี้ทางโครงการมีรายชื่อผู้ที่สมัครเข้าเป็นสมาชิกจูเนียร์เฮลท์การ์ดรวมแล้ว ๙,๗๗๗ คน

๓. แนวทางประชาสัมพันธ์อุทยานเมืองสุภาพให้เป็นที่ยอมรับ

จากการประเมินผลของกลุ่มอาสาสมัครเยาวชนเพื่อสุภาพและสังคม คงต้องยอมรับว่า “อุทยานเมืองสุภาพ” ของกระทรวงสาธารณสุขนั้นตั้งอยู่ไกลและไม่เป็นที่รู้จักของประชาชน นอกจากนี้ยังขาดการประชาสัมพันธ์ที่ดี

ในส่วนของพิพิธภัณฑ์วางแผนครอบครัว ซึ่งตั้งอยู่บนชั้น ๔ ของตึกกองอนามัยการเจริญพันธุ์ กรมอนามัยนั้น ยังขาดป้ายหรือสัญลักษณ์บอกทางให้ชัดเจนว่าตั้งอยู่ ณ จุดใด สิ่งที่น่าเสียดายภายในพิพิธภัณฑ์ บางประเภทคงต้องปรับปรุง เช่น วิดีโอที่น่าเสนอเรื่องราวของพิพิธภัณฑ์มีภาพแต่ขาดเสียงบรรยาย เป็นต้น นอกจากนี้พื้นที่ในส่วนพิพิธภัณฑ์เองมีจำกัด ทำให้รูปแบบการจัดและการวางหัวข้อความรู้แต่ละส่วนแต่ละเรื่อง อยู่ติดกันมากเกินไป วันเวลาเข้าชมพิพิธภัณฑ์ยังไม่เหมาะสมเท่าที่เป็นอยู่เปิดเป็นบางวัน และเปิด - ปิดตามเวลาราชการ วิทยากรที่นำชมควรมีพัฒนาการด้านเทคนิคในการนำชมให้เป็นที่น่าสนใจ และควรมีการเพิ่มจำนวนให้มากกว่าที่เป็นอยู่ และที่สำคัญควรมีการประชาสัมพันธ์ให้บุคคลทั่วไปได้รู้จักพิพิธภัณฑ์มากยิ่งขึ้น โดยใช้สื่อในหลายทาง เช่น ประชาสัมพันธ์ผ่านทางอินเทอร์เน็ต หรือผ่านทางสื่อโทรทัศน์ วิทยุ สื่อสิ่งพิมพ์ ต่าง ๆ และถ้ากลุ่มเป้าหมายในการเข้าชมพิพิธภัณฑ์เป็นนักเรียนในโรงเรียน ก็ควรจัดให้มีบริการรถรับส่ง เป็นต้น

สำหรับในส่วนของพิพิธภัณฑ์การแพทย์แผนไทยนั้น มีการจัดรูปแบบที่ดี เหมาะสม มีการจัดหมวดหมู่ความรู้เป็นสัดส่วนชัดเจน ทำให้ง่ายและสร้างความเข้าใจแก่ผู้เข้าเยี่ยมชม แต่ก็มีสื่อบางประเภทที่ยังคงต้องปรับปรุง และเตรียมพร้อมในการใช้งานให้มากกว่าที่เป็นอยู่ในปัจจุบัน เช่น คอมพิวเตอร์ที่จัดไว้ในแต่ละห้อง ยังไม่มีความพร้อมในการใช้งาน บางห้องไม่สามารถใช้งานได้ตามปกติ นอกจากนี้ยังมีข้อจำกัดในเรื่องการเข้าชม โดยเปิดให้เข้าชมเฉพาะผู้ที่ติดต่อมาเป็นหมู่คณะทุกวัน เว้นวันหยุดราชการในระยะเวลาที่จำกัด ซึ่งควรที่จะมีการเปิดกว้างมากกว่านี้ โดยเปิดให้บุคคลทั่วไปเข้าเยี่ยมชมด้วย ส่วนในด้านเนื้อหาความรู้ที่น่าเสนอน่าจะมีการเพิ่มเติมในบางส่วน เช่น สูตรการผลิตยาแผนโบราณ และสรรพคุณของสมุนไพรชนิดต่าง ๆ ด้วย เพื่อเป็นประโยชน์แก่ผู้เข้าชม

๔. แนวคิดที่ได้จากการประเมินโครงการ

การใช้สื่อบุคคลและการเข้าถึงตัวกลุ่มเป้าหมาย นับเป็นอีกกลวิธีหนึ่งที่สามารถกระตุ้นความสนใจของเยาวชนในสถานศึกษาได้ แม้ในปัจจุบันจะมีสื่อมากมายหลายชนิดให้เลือก แต่ก็ไม่เหมือนสื่อบุคคล เช่น การใช้ทีมงานอาสาสมัครเยาวชน หรือกลุ่มอาสาสมัครเยาวชน และแกนนำนักเรียนในโรงเรียน เป็นแนวร่วมในการสร้างและขยายเครือข่ายอาสาสมัครเยาวชนเพื่อสุภาพและสังคม

ในการจัดกิจกรรมโดยการเรียนรู้เพียงอย่างเดียว จะไม่สามารถนำไปสู่จุดมุ่งหมายหรือ ประสพผลในการสร้างเสริมสุขภาพได้ เพราะคนไทยทั่วไปไม่ว่าวัยใดก็ตาม ชอบความสนุกสนานและต้องมีสิ่ง จูงใจ ดังนั้นในการจัดกิจกรรมจึงต้องสอดแทรกด้วยสิ่งใหม่ๆ สิ่งที่น่าสนใจ ไม่ว่าจะเป็นเกมการแสดง การละเล่น การชิงรางวัล และการมีส่วนร่วม ดังนั้นในการจัดกิจกรรมจึงต้องมีรางวัลด้วย

การที่กลุ่มอาสาสมัครเยาวชนเพื่อสุขภาพและสังคมจะคงความยั่งยืนต่อไปได้ ก็จะต้องมีการ ช่วยกันสร้างและสานกันต่อไป เพราะการสร้างกลุ่มใด ๆ ขึ้นในประเทศไทยนั้น ส่วนใหญ่มักจะสิ้นสุดลงเพราะ โครงการต่าง ๆ ไม่ใช่เป็นสิ่งที่คิดหรือสิ่งที่เกิดขึ้นจากกลุ่มเป้าหมายโดยตรง

๕. ข้อคิดเห็นและข้อเสนอแนะในเชิงนโยบาย

๑) ข้อคิดเห็น

การศึกษาครั้งนี้ได้รูปแบบของกิจกรรมในการสร้างเสริมสุขภาพเพื่อเป็นการสร้างทักษะ สุขภาพและทักษะชีวิตในกลุ่มเยาวชนทั้งในและนอกสถานศึกษา ซึ่งเป็นรูปแบบที่สร้างและคิดขึ้นโดยกลุ่ม อาสาสมัครเยาวชนเพื่อสุขภาพและสังคมที่ได้รับการอบรมจากทางโครงการ และได้นำลงทดลองปฏิบัติการทั้ง ในชุมชนและในโรงเรียนในเขตกรุงเทพมหานครและปริมณฑล และพบว่า เป็นรูปแบบที่ประสพผลในการลง ปฏิบัติการในโรงเรียน รูปแบบของกิจกรรมที่นำเสนอนี้เป็นรูปแบบที่ตีกรอบไว้กว้าง ๆ ประกอบด้วยหลาย กิจกรรม และมีความหลากหลายในเนื้อหาที่นำเสนอสามารถปรับเปลี่ยนได้ทั้งในด้านวิธีการนำเสนอและเนื้อหา ตลอดจนลำดับความสำคัญของเนื้อหาที่นำเสนอ และสามารถปรับเข้ากับทุกชั้นการศึกษา

ข้อเสนอแนะ

ดังนั้นรูปแบบของกิจกรรมที่นำเสนอสามารถนำไปปรับใช้ได้ในทุกสถานศึกษา เพราะเป็นรูปแบบ ที่มีความยืดหยุ่นได้ และเหมาะสมอย่างยิ่งที่จะจัดเป็นกิจกรรมเสริมนอกหลักสูตร นอกเหนือจากระบบการเรียน การสอนตามปกติ เพียงแต่ทางกระทรวงศึกษาจะต้องเปิดทั้งพื้นที่และเปิดเวลาให้เข้าไปจัดกิจกรรมในสถาน ศึกษา

๒) ข้อคิดเห็น

การศึกษาครั้งนี้เป็นการศึกษานำร่อง ที่นำองค์ความรู้เกี่ยวกับสุขภาพใน ๖ มิติ มาสื่อ ให้แก่เด็กใน ๓ ระดับ และ ๓ วัย โดยเข้าถึงกลุ่มเป้าหมายเพียงครั้งเดียว แม้จะได้รับการตอบรับอย่างดีจาก ทางโรงเรียนและนักเรียนในหลายโรงเรียน แต่อาจไม่ได้ผลในระยะยาว

ข้อเสนอแนะ

ถ้าต้องการให้โครงการนี้เป็นโครงการที่ดี ได้ผล และยั่งยืนในระยะยาว คณะผู้ประเมินผลเห็น สมควรให้มีการดำเนินการอย่างต่อเนื่องต่อไปอีก โดยจัดให้มีการสร้างทีมงานอาสาสมัครเยาวชนเพิ่มขึ้นหลาย ๆ กลุ่ม

พร้อมกับการจัดฝึกอบรมแก่นักเรียน เพื่อเป็นการสร้างและขยายเครือข่าย อาสาสมัครเยาวชนออกไปให้ครอบคลุมทั่วทั้งประเทศ สำหรับทีมอาสาสมัครเยาวชนที่สร้างขึ้น ควรให้ลงปฏิบัติการในสถานศึกษาทุกระดับและทุกแห่งทั่วประเทศ อย่างน้อยควรที่จะลงปฏิบัติการปีละหนึ่งหรือสองครั้งต่อหนึ่งสถานศึกษา แล้วหมุนเวียนผลัดเปลี่ยนกันไปให้ครบถ้วนและอย่างต่อเนื่อง

๓) ข้อคิดเห็น

เมื่อมีการส่งเสริมให้ดำเนินการต่อไป ควรมีงบประมาณให้การสนับสนุนการจัดกิจกรรมในลักษณะนี้ต่อไป โดยให้ครอบคลุมโรงเรียนทั่วประเทศ

ข้อเสนอแนะ

งบประมาณที่จะให้การสนับสนุนจะมากน้อยเพียงใดนั้น ควรขึ้นอยู่กับรูปแบบและแผนของการจัดกิจกรรม จำนวนครั้งและระยะเวลาที่จัด

๔) ข้อคิดเห็น

รูปแบบของการจัดกิจกรรมแบบมีส่วนร่วม โดยอาสาสมัครเยาวชนเพื่อสุขภาพและสังคมในกลุ่มเยาวชนทั้งในและนอกโรงเรียน นับเป็นรูปแบบที่เหมาะสมรูปแบบหนึ่งในการเสริมทักษะชีวิตของเยาวชน ในการดูแลสุขภาพตนเองและครอบครัว เพื่อน ๆ และสังคมแบบองค์รวม ซึ่งต่างจากการจัดกิจกรรมอื่น ๆ ที่มักนำเสนอเฉพาะเรื่องใดเรื่องหนึ่งเพียงเรื่องเดียวหรือในมิติเดียว แม้ยังจะเห็นผลไม่ชัดเจนในขณะนี้ แต่จะเป็นประโยชน์ที่ยิ่งใหญ่ในวันข้างหน้า

ข้อเสนอแนะ

คณะผู้วิจัยเห็นว่าการจัดกิจกรรมเพื่อสุขภาพและสังคมแบบองค์รวมในกลุ่มเยาวชน ควรที่จะดำเนินการต่อไปจะด้วยรูปแบบใดก็ตาม เพราะล้วนแต่มีประโยชน์แก่เยาวชนทั้งสิ้น อย่างน้อยก็เป็นการช่วยให้เยาวชนพัฒนากายสุขภาพในหลายด้าน แต่ที่สำคัญจะต้องกระทำอย่างต่อเนื่อง และเข้าถึงเยาวชนโดยตรง เพื่อให้เยาวชนได้มีส่วนร่วม ตระหนัก และเห็นความสำคัญของสุขภาพอนามัยในวัยของตน

๕) ข้อคิดเห็น

อุทยานเมืองสุขภาพ ซึ่งประกอบด้วยพิพิธภัณฑ์วางแผนครอบครัว และพิพิธภัณฑ์การแพทย์แผนไทย เป็นแหล่งเรียนรู้ทางด้านสุขภาพที่มีคุณค่าแก่เยาวชน ซึ่งทางกระทรวงสาธารณสุขได้ลงทุนไปเป็นจำนวนมาก แต่ขาดผู้เข้าชม เพราะมีข้อจำกัดในหลายด้าน เช่น สถานที่ไกล มีข้อจำกัดในวันเวลาในการเปิดให้เข้าชม การจัดสถานที่ยังไม่เหมาะสม ขาดความน่าสนใจในกลวิธีการนำเสนอ เป็นต้น

ข้อเสนอแนะ

กระทรวงสาธารณสุขควรที่จะมีการปรับปรุงในประเด็นที่เสนอดังกล่าว และควรวางวิธีการในการประชาสัมพันธ์ให้เป็นที่รู้จักมากขึ้น โดยใช้สื่อหลาย ๆ ทางมาช่วยในการประชาสัมพันธ์

เรียบเรียงโดย นารีลักษณ์ ศิริวรรณ

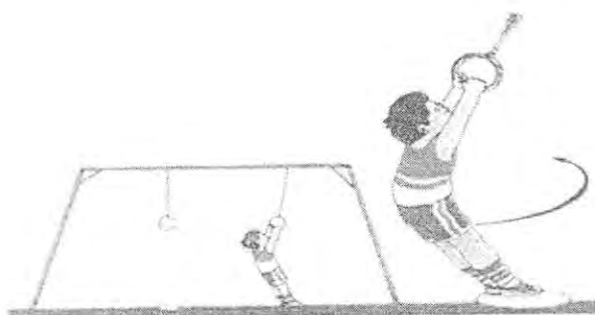


เอกสารอ้างอิง

สำนักงานเลขาธิการสภาการศึกษา. การบูรณาการที่พากับการจัดการศึกษาขั้นพื้นฐานของการศึกษาในระบบ การศึกษานอกระบบและการศึกษาตามอัธยาศัยในประเทศไทย. กรุงเทพฯ : บริษัท ๒๑ เซ็นจูรี จำกัด. ๒๕๔๘.



ออกกำลังกายเป็นนิจ ภายจิตสมบุรณ์ เพิ่มพูนพละนามัย



การกีฬาจะเกื้อกูล ใหล่ญูรณ์ทั้งกายใจ



การบริหารความขัดแย้ง

ในสังคมของมนุษย์เราเห็นว่า ความขัดแย้งกันเป็นสิ่งที่เลวร้าย เป็นต้นเหตุของการแตกแยกของกลุ่มชน และความแตกแยกในคู่สมรส ความขัดแย้งทำให้เกิดการหย่าร้าง ในการทำงานความขัดแย้งทำให้คนงานถูกไล่ออก ในการโต้แย้ง การไม่ลงรอย การต่อสู้ ทำให้คนไม่ร่วมมือไม่มองหน้าทำลายความสัมพันธ์ แต่ถ้าพิจารณาให้ตีความขัดแย้งไม่ใช่ตัวการทำลายความสัมพันธ์ แต่การจัดการกับความขัดแย้งต่างหากที่จะทำลายความสัมพันธ์ได้หรือไม่ได้

ความขัดแย้งเกิดขึ้นตลอดเวลาหลีกเลี่ยงไม่ได้

ความขัดแย้งมีมากมายหลายรูปแบบ เกิดขึ้นตลอดเวลาหลีกเลี่ยงไม่ได้ ลองพิจารณาสถานการณ์ต่อไปนี้จะพบว่าเป็นความขัดแย้งเท่านั้น บางเรื่องเป็นความขัดแย้งรุนแรงมีผลถึงชีวิตความเป็นอยู่อนาคต บางเรื่องเป็นความขัดแย้งเล็ก ๆ น้อย ๆ ที่ไม่ได้สำคัญอะไรเพียงแต่ทำให้รู้สึกสับสนหรือรำคาญใจในการพิจารณาควรลองตรวจสอบดูด้วยว่าเรื่องใดต้องใช้เวลาต้องใช้ข้อมูลในการตัดสินใจ เรื่องใดไม่ต้องคิดมากไม่ต้องใช้ข้อมูลมาก

๑. ความขัดแย้งกับผู้อื่นที่มาควบคุมชีวิตของคุณ เช่น พ่อแม่ ครู อาจารย์ ตำรวจ รัฐบาล นักการเมือง
๒. ความขัดแย้งในใจตนเองว่าจะกินผักผลไม้ หรืออาหารแปงของหวาน ไอศกรีม กาแฟ
๓. ความขัดแย้งในใจตนเองว่าจะใช้จ่ายเงินอย่างไรหรือในเรื่องใดดี
๔. ความขัดแย้งกับครอบครัว ในการใช้จ่ายเงินที่จะซื้อเครื่องซักผ้าใหม่หรือไปเที่ยวต่างจังหวัด
๕. ความขัดแย้งในการเลิกจ้างพนักงานบางคน หรือลดเงินเดือนพนักงานทุกคน ในขณะที่สถานการณ์ทางเศรษฐกิจไม่ดี
๖. ความขัดแย้งในใจตนเองว่าจะอยู่ประชุมวางแผนงานต่อหรือกลับบ้านพาครอบครัวไปทานอาหารมื้อพิเศษ
๗. ความขัดแย้งกับเพื่อนร่วมมือในการปฏิบัติงานด้านการทำงาน
๘. ความขัดแย้งกับหัวหน้างานในการเสนองานใหม่ให้กับฝ่ายบริหาร

๙. ความขัดแย้งกับหน่วยงานด้านการเงินที่ควบคุมการจ่ายเงินในการปฏิบัติงานนอกสถานที่อย่างเข้มงวด

๑๐. ความขัดแย้งในการแสดงความคิดเห็นทางการเมือง

ในการพิจารณาตัวอย่างของความขัดแย้งที่กล่าวมาทั้ง ๑๐ ประการ ท่านอาจคิดต่อไปได้อีกมากมายถึงตัวอย่างของความขัดแย้ง ทั้งที่เกิดขึ้นกับตัวของท่านโดยตรงหรือกับบุคคลที่ท่านรู้จักใกล้เคียงหรือกับบุคคลทั่ว ๆ ไป ความขัดแย้งบางเรื่องรุนแรงมากจนตกลงกันด้วยดีไม่ได้ต้องทำลายล้างผู้ที่มีความขัดแย้งให้ได้รับความเสียหายรุนแรงจนถึงกับทำลายชีวิต หรือถึงกับฆ่าล้างเผ่าพันธุ์

จากความขัดแย้งที่ยกตัวอย่างมา และที่ท่านสามารถยกตัวอย่างเพิ่มเติมได้นั้น อาจแบ่งประเภทความขัดแย้งออกไปได้เป็นประเภทต่าง ๆ ดังนี้

๑. ความขัดแย้งในแต่ละตัวคน เป็นความขัดแย้งที่เกิดขึ้นในตัวของตัวเองในแต่ละสถานการณ์ อารมณ์ ความรู้สึก ความต้องการในตอนนั้น

๒. ความขัดแย้งระหว่างบุคคล บุคคลที่มีความแตกต่างกันในด้านต่าง ๆ ย่อมเกิดความขัดแย้งได้อยู่ตลอดเวลา ประกอบกับความเปลี่ยนแปลงของสถานการณ์ อารมณ์ ความรู้สึกความต้องการยิ่งทำให้โอกาสของความขัดแย้งเกิดขึ้นได้มากมาย

๓. ความขัดแย้งระหว่างบุคคลและกลุ่ม นายคนเดี่ยวอาจขัดแย้งกับพนักงานทั้งกลุ่ม หรือคนเดี่ยวที่มีพฤติกรรมแปลกแยกไปจากคนอื่นอาจก่อให้เกิดความขัดแย้งขึ้นได้มาก

๔. ความขัดแย้งระหว่างกลุ่มในองค์การเดียวกัน การรวมกันเป็นกลุ่มย่อมมีจุดมุ่งหมายของกลุ่ม ผลประโยชน์ความรับผิดชอบ และอารมณ์ร่วมของกลุ่ม เมื่อมีกลุ่มอื่นที่มีจุดมุ่งหมาย ผลประโยชน์ และความรับผิดชอบแตกต่างกันไม่ตรงกัน ความขัดแย้งย่อมเกิดขึ้นได้

๕. ความขัดแย้งระหว่างองค์การกับองค์การ องค์การต่างกันจุดมุ่งหมายผลประโยชน์ต่างกัน เมื่อมาเกี่ยวข้องสัมพันธ์กันโอกาสที่จะเกิดความขัดแย้งจะเกิดขึ้นได้มาก และตลอดเวลา

สาเหตุของความขัดแย้ง

ความขัดแย้งเกิดขึ้นได้ด้วยเหตุผลมากมาย แต่สาเหตุใหญ่ ๆ ของความขัดแย้งเกิดขึ้นมาจาก ๓ สิ่ง ของแต่ละบุคคล และต่อไปอาจรวมกันเป็นกลุ่ม

๑. ความคิด = HEAD

๒. ความรู้สึก = HEART

๓. การกระทำ = HAND

หากจะพิจารณาสาเหตุของความขัดแย้งให้ละเอียดลึกซึ้งลงไปจะพบว่า ความขัดแย้งเกิดขึ้นจาก “ความแตกต่าง” ซึ่งแต่ละคนแต่ละกลุ่มย่อมมีความแตกต่างกันอย่างมากมาย ไม่มีใครหรือกลุ่มใดเหมือนกันกับคนอื่นหรือกลุ่มอื่น จะไม่มีความแตกต่างแม้แต่พี่น้องท้องเดียวกัน หรือแม้แต่ฝาแฝด นอกจาก

ความแตกต่างในเรื่องรูปร่างหน้าตาแล้ว ยังมีความแตกต่างอื่น ๆ ที่อาจเป็นสาเหตุของความขัดแย้งได้ทั้งนั้น อันอาจแบ่งอธิบายได้ดังนี้

๑. ข้อมูล ข้อเท็จจริง (FACTS) การที่ได้ข้อมูลเท็จจริงไม่ครบถ้วนหรือได้ไปอย่างแตกต่างกัน ย่อมทำให้เกิดความขัดแย้ง ความไม่เข้าใจกันได้อย่างง่ายดาย

๒. ค่านิยม (VALUES) คนแต่ละคนมีความชอบและการให้ค่านิยมแต่สิ่งต่าง ๆ ไม่เหมือนกันแตกต่างกันออกไป บางคนให้ค่านิยมในเรื่องวัตถุมาก คือ พวกวัตถุนิยมทุกอย่างของการกระทำ และความคิดต้องตีค่าออกมาเป็นวัตถุทั้งหมด แต่บางคนให้ความสำคัญในเรื่องของความสุขสงบทางจิตใจมากกว่า ความขัดแย้งย่อมเกิดขึ้นได้

๓. ความเชื่อ (BELIEF) ความเชื่อบางอย่างฝังรากลึกอยู่ในจิตใจมานานตั้งแต่เกิด เช่น ความเชื่อในเรื่องของศาสนา ความดีความชั่ว ความถูกความผิด การเปลี่ยนแปลงความเชื่อเหล่านี้ทำได้ยาก และเมื่อมีความเชื่อที่แตกต่างกันมากมายและรุนแรง ความขัดแย้งก็จะทวีความรุนแรงตามไปด้วย

๔. เป้าหมาย (GOAL) เป้าหมายในชีวิตของคน เป้าหมายในหน้าที่การงานของแต่ละคน แต่ละองค์กร แต่ละกลุ่ม ย่อมไม่เหมือนกัน เป้าหมายที่รุนแรงที่ไม่เหมือนกัน จะทำให้ความขัดแย้งมันรุนแรงเมื่อต้องมาเกี่ยวข้องสัมพันธ์กัน

๕. ผลประโยชน์ (BENEFIT) ผลประโยชน์เป็นสิ่งเป็นเหตุผลสำคัญที่ทำให้เกิดความแตกแยกขัดแย้ง โดยเฉพาะในการทำธุรกิจ หรือในกลุ่มผู้ทำงานร่วมงานที่ไม่ใช่เพื่อการกุศลหรือที่ไม่ได้หวังผลตอบแทน แม้แต่คนในกลุ่มที่มีนิสัยความเชื่อค่านิยมตรงกัน เมื่อผลประโยชน์แตกต่างกัน ความขัดแย้งก็เกิดขึ้นได้

๖. สถานภาพ (STATUS) สถานภาพของคนที่ไม่เหมือนกันย่อมทำให้วิถีชีวิต การมองชีวิต การมองปัญหา และวิถีทางการแก้ไขปัญหาแตกต่างกัน และตามมาซึ่งความขัดแย้ง

๗. บุคลิกภาพ (PERSONALITY) นอกจากคนจะแตกต่างกันในเรื่องของรูปร่าง หน้าตา ผิวพรรณแล้ว บุคลิกภาพของคนก็ไม่เหมือนกัน บางคนเคร่งเครียดเอาจริงเอาจัง บางคนปล่อยวางสบาย ๆ หัวเราะง่าย ชี้เล่น ความแตกต่างกันอย่างมากจนกลายเป็นความขัดแย้งจนอาจทำงานร่วมกันไม่ได้

๘. โครงสร้างขององค์กร (STRUCTURE) ในหลาย ๆ องค์กรพยายามจัดโครงสร้างให้มีการตรวจสอบการทำงานกัน หรือให้เกิดความแบ่งแยกในงานบางอย่างเพื่อการควบคุมตรวจสอบได้ง่าย และถูกต้อง ในการจัดโครงสร้างขององค์กรแบบนี้ ผู้ทำงานย่อมต้องถูกควบคุมการตรวจสอบประเมินผลงานกันและกัน ความขัดแย้งย่อมไม่อาจหลีกเลี่ยงได้ หรือโครงสร้างขององค์กรอาจไม่มีการแบ่งแยกงานชัดเจน มีความซ้ำซ้อนของงาน การแบ่งงานหรือการเกี่ยงงานย่อมเกิดขึ้นได้

๙. ความเปลี่ยนแปลง (CHANGE) ชีวิตของคนและวิธีการทำงาน ย่อมต้องมีการเปลี่ยนแปลงอาจเกิดขึ้นหรือเลวร้ายลงก็ได้ แต่ที่แน่นอนว่าเมื่อมีความเปลี่ยนแปลงทุกอย่างหรือบางอย่างต้องแตกต่างไปจากเดิม ความไม่เคยชินความไม่สะดวกสบายย่อมมีขึ้น และตามมาด้วยความขัดแย้ง

๑๐. การสื่อข้อความ (COMMUNICATION) จุดมุ่งหมายหลักของการสื่อข้อความ คือ การพยายามทำให้เกิดความเข้าใจร่วมกัน เข้าใจตรงกัน แต่เมื่อผู้รับและผู้ส่งมีความประสบการณ์ในอดีตไม่เหมือนกัน หรือการส่งข้อความข้อมูลไม่ชัดเจนไม่ถูกต้อง การตีความหมายผิดพลาดหรือไม่ทำให้เข้าใจตรงกันย่อมเป็นไปได้ และตามมาด้วยความขัดแย้งอย่างไม่อาจหลีกเลี่ยง

๑๑. สัมพันธภาพ (RELATIONSHIP) ในพฤติกรรมส่วนบุคคลของคนรวมทั้งทุกสิ่งทุกอย่างที่กล่าวมาแล้วข้างต้น ทำให้คนแต่ละคน แต่ละกลุ่ม แต่ละองค์การมีสัมพันธภาพที่ดีหรือไม่ดีต่อกัน ความสัมพันธ์ที่ดีในอดีต จะทำให้ความขัดแย้งที่อาจเกิดขึ้นเบาบางลง หรือในทางตรงกันข้ามถ้าความสัมพันธ์ที่มีมาในอดีตไม่ดี เมื่อมีความขัดแย้งเพียงเล็กน้อยก็อาจทำให้เป็นเรื่องใหญ่โตไปได้ จนเรียกได้ว่าเกินกว่าเหตุ

แนวคิดเรื่องความขัดแย้ง

ความขัดแย้งเกิดขึ้นได้ตลอดเวลาหลีกเลี่ยงไม่ได้ และมีสาเหตุของความขัดแย้งมากมายดังกล่าวมาแล้ว คนทุกคนจึงไม่ควรกลัวความขัดแย้ง เพราะต้องเจออยู่จนได้ซึ่งแล้วแต่ชะตาชีวิต ภาระ หน้าที่การงาน และอีกหลาย ๆ สาเหตุที่กล่าวมาแล้ว แต่ต้องระวังไม่ให้ความขัดแย้งนั้นลุกลามรุนแรง จนทำให้เกิดความแตกแยกจนไม่อาจประสานได้

ความจริงความขัดแย้งมีมานานแล้ว มีมาตลอดเวลา แต่แนวความคิดในเรื่องของความขัดแย้งนั้นปรับเปลี่ยนพัฒนาไปตลอดเวลาตามความพยายามศึกษาให้เข้าใจธรรมชาติของมนุษย์เพื่อการทำงานร่วมกัน

แนวความคิดเรื่องความขัดแย้งสมัยเดิมและในปัจจุบัน

๑. สมัยเดิมมีความเชื่อว่า ความขัดแย้งเป็นสิ่งไม่ดี บั่นทอน ทำลายการทำงานร่วมกันที่มีความสุข ทำให้คนไม่อาจทำงานร่วมกันเป็นกลุ่มได้ ดังนั้นความขัดแย้งควรหลีกเลี่ยงไม่ให้เกิด ไม่พยายามเผชิญหน้ากับมัน

ในปัจจุบันกลับมีความคิดเห็นว่า ความขัดแย้งนั้นมีอยู่มากมาย มีอยู่ตลอดเวลาด้วยสาเหตุต่าง ๆ กัน ดังกล่าวมาแล้ว ดังนั้นไม่ใช่สิ่งที่จะหลีกเลี่ยงได้ ควรเผชิญกับความขัดแย้งด้วยความพร้อมด้วยความรู้จักจริง

๒. สมัยเดิมเชื่อว่าความขัดแย้งเกิดขึ้น เพราะมีคนทำ ไม่ใช่เรื่องธรรมชาติธรรมดา คนบางคนจงใจทำให้เกิดความขัดแย้งเพราะไม่ปรารถนาดี ต้องการบ่อนทำลายให้มีความแตกแยก

ในปัจจุบันกลับมีความเห็นว่า ความขัดแย้งเกิดขึ้นได้ด้วยสาเหตุหลายประการ แม้แต่ด้วยธรรมชาติของคนหรือขององค์การเอง ไม่มีใครตั้งใจหรือจงใจให้เกิดปัญหาความขัดแย้ง ความแตกแยก

๓. สมัยเดิมเชื่อว่าความขัดแย้งอาจแก้ไขได้โดยการบังคับ เช่น ลูก ๆ ทะเลาะกันพ่อแม่บังคับให้ตีกัน นักเรียนชกต่อยกันครูบังคับให้เลิกและบังคับให้คืนดีกัน โดยเน้นความสามัคคีของส่วนรวมและบังคับไม่ให้ความขัดแย้งตามความเชื่อว่า ความขัดแย้งหลีกเลี่ยงได้ บังคับไม่ให้เกิดได้

ในปัจจุบันแนวความคิดเปลี่ยนไปว่า การแก้ไขความขัดแย้งใช้การบังคับไม่ได้ต้องเข้าใจสาเหตุของความขัดแย้ง แล้วพยายามผสมผสานให้ความขัดแย้งลดลง อาจต้องมีการเปลี่ยนแปลงปรับปรุงในบางเรื่องตามสาเหตุของความขัดแย้ง

๕. ในสมัยเดิมมีความเชื่อว่า เมื่อมีความขัดแย้งเพราะมีคนไม่หวังดี ตั้งใจทำให้เกิดความขัดแย้ง ดังนั้นต้องมีคนผิด ต้องหาคนผิดนั้นมาลงโทษเพื่อไม่ให้เกิดความขัดแย้งต่อไปอีก

ในปัจจุบัน เมื่อแนวความคิดเรื่องความขัดแย้งเปลี่ยนไปว่า มาจากสาเหตุหลายประการ ย่อมจะไปโทษว่าใครผิดหรือเขาอ้างว่าใครถูกไม่ได้ เพราะความขัดแย้งไม่ได้เกิดจากการจงใจกระทำของคนอย่างเดียว

เมื่อแนวความคิดในเรื่องความขัดแย้งเปลี่ยนแปลงไปเช่นนี้ ย่อมต้องหาวิธีที่เหมาะสมสำหรับแต่ละความขัดแย้ง ให้เกิดความขัดแย้งขึ้นได้แต่อยู่ในปริมาณที่เหมาะสมพอดีไม่มากเกินไปไม่น้อยไป เพราะเมื่อมีความขัดแย้งเกิดขึ้นแล้ว ไม่ใช่จะมีผลในทางเลวร้ายเท่านั้น ความจริงความขัดแย้งมีผลทั้งในทางลบและทางบวก ถ้ารักษาความขัดแย้งให้อยู่ในระดับพอเหมาะจะกลับส่งผลในทางบวกได้

ผลของความขัดแย้งอาจพิจารณาได้ว่ามีทั้งทางบวก และทางลบ ดังนี้

ผลของความขัดแย้งในทางบวก

๑. ความขัดแย้งก่อให้เกิดการกระตุ้นให้พยายามทำให้ดีขึ้น เพื่อไม่ให้ถูกตำหนิ และเพื่อเอาชนะฝ่ายตรงข้ามที่มีความขัดแย้งกัน การกระตุ้นเช่นนี้ทำให้งานเกิดความก้าวหน้า มีการพยายามคิดค้นหาวิธีการที่ดีขึ้นปรับปรุงให้มีประสิทธิภาพขึ้น เกิดความคิดริเริ่มสร้างสรรค์ และมีการตรวจสอบในสิ่งที่ทำไปแล้ว

๒. ความขัดแย้งกันแรงกระตุ้นให้ทุกฝ่ายมีความอยากรู้อยากเห็นว่า ฝ่ายอื่นพัฒนาก้าวหน้าไปอย่างไร และมีวิธีการใดที่จะทำงานได้ดีที่สุด

๓. ความขัดแย้งทำให้ทุกฝ่ายรู้ว่ามีปัญหา และทุกฝ่ายพยายามหาวิธีการแก้ไขปัญหาที่เกิดขึ้น อันจะทำให้มีการคิดค้นวิธีการป้องกันและแก้ไขต่อไป

๔. ความขัดแย้ง ทำให้คนในหน่วยงานหรือในองค์กรเดียวกันเกิดความรู้สึกว่ามีศัตรูร่วม มีผู้ที่ต้องต่อสู้ ทำให้รวมพลัง รวมใจ เกิดความสามัคคีในองค์กรของตนขึ้น บางครั้งลืมนความขัดแย้งเล็กน้อย ภายใต้อองค์กร มุ่งแต่จะเอาชนะฝ่ายตรงข้าม

ผลของความขัดแย้งในทางลบ

๑. ความขัดแย้งทำให้เกิดความแตกแยก คนหมดความสุขในการทำงาน หมดความสนใจอยากพัฒนา ไม่ตั้งใจทำงาน ทำให้งานขาดประสิทธิภาพประสิทธิผล ความขัดแย้งอาจรุนแรงจนคนอยากออกจากองค์กรที่มีความขัดแย้งนั้น หรืออยากโยกย้ายไปหน่วยงานอื่นที่มีความสามัคคี ร่วมใจ และมีความสุขในการทำงานมากกว่า

๒. ความขัดแย้งนำมาซึ่งความร้าวราน เกิดความเป็นศัตรู หรืออย่างน้อยความเป็นมิตรก็ลดลง มีการจ้องจับผิดกัน หรือมีการกลั่นแกล้งไม่ให้อีกฝ่ายทำงานได้สะดวก หรือมีการนินทาว่าร้ายป้ายสี

๓. ความขัดแย้งทำให้บรรยากาศในการทำงานไม่รื่นรมย์ ไม่มีความน่าเชื่อถือ อาจมีความผิดพลาดเกิดขึ้นได้เพราะไม่ช่วยเหลือเกื้อกูลกัน ทำอะไรไปโดยไม่มีเหตุมีผลไม่สมควรทำได้ ทั้งนี้เพราะมุ่งแต่จะเอาชนะกันและกัน

๔. ความขัดแย้งทำให้ไม่มีการร่วมมือร่วมใจ อาจรุนแรงมากถึงกับมีการต่อต้าน หรือการฮึดสู้ ถ้าวุฒิบาศมากอาจเป็นผลเสียอย่างยิ่งต่อองค์กรเพราะในความขัดแย้งที่รุนแรง คนอาจขาดความยับยั้งชั่งใจ อาจทำอะไรไปรุนแรงมากจนลืมนึกถึงเป้าหมายขององค์กร คิดแต่เพียงจะเอาชนะให้ได้

เมื่อมีความขัดแย้งรุนแรง และมีผลในทางลบรุนแรง จนทำให้เป้าหมายขององค์กรกระทบ กระเทือน จำเป็นที่ผู้บริหารส่วนใหญ่ต้องควบคุมให้ความขัดแย้งอยู่ในระดับพอดี มีการแข่งขันส่งเสริมกัน มากกว่าจะทำให้คนเสียขวัญ และประสิทธิภาพลดลง นั่นคือผู้บริหารส่วนใหญ่ต้องรู้จักวิธีการบริหาร ความขัดแย้ง

วิธีการบริหารความขัดแย้ง

ความขัดแย้งเกิดขึ้นด้วยสาเหตุของความแตกต่างกันดังที่กล่าวมาแล้ว หากจะแก้ไขให้ไม่เกิดความแตกต่างคงทำไม่ได้ เพราะไม่มีบุคคลใดเหมือนกันได้แน่นอน วิธีการแก้ไขคงต้องมาอยู่ที่ว่ายอมรับ ความแตกต่าง และพยายามปรับใจให้ได้ว่าความแตกต่างนั้นเป็นธรรมดา นั่นคือทำใจและปรับพฤติกรรม ของตนเอง

วิธีลดความขัดแย้งด้วยตนเอง

การแก้ไขอะไรที่ง่ายและควบคุมได้ง่ายที่สุดความจริงแล้วควรต้องเป็นการควบคุมตนเอง เพราะการควบคุมคนอื่นทำยากกว่า วิธีการควรทำดังนี้

๑. ความเป็นผู้ใหญ่ นั่นคือ มีวุฒิภาวะ ไม่มีลักษณะของเด็กที่เอาแต่ใจตนเอง ว่างาม โกรธ ง่าย ไม่หนักแน่นมั่นคงในอารมณ์ แปรปรวนขึ้น ๆ ลง ๆ เตี้ยวเอาอย่างนั้น เตี้ยวเอาอย่างนี้ เตี้ยวอารมณ์ดี เตี้ยวอารมณ์ร้าย ความมั่นคงเช่นนี้ทำให้ตนเองรู้จักยืนของตนเอง และผู้อื่นรู้จักยืนของท่านด้วย

๒. รู้จักฟัง การฟังเป็นวิธีการที่ดีที่สุดที่จะทำให้รับรู้ รู้จักเข้าใจผู้อื่น ต้องรับฟังทั้งเนื้อความที่ ผู้อื่นพูด ความรู้สึกของเขา วิธีการถ่ายทอดของเขาฟังให้ออกว่าเขาต้องการอะไร เขามีความรู้สึกอย่างไร แน่ ๆ และถ้าจะให้ดีต้องพยายามฟังให้รู้จักลึกลงไปในผู้พูด

๓. รู้จักพูด เมื่อฟังจนรู้จัก จนเข้าใจแล้วจึงพูดโต้ตอบ การพูดโต้ตอบโดยเฉพาะเมื่อมีความ ขัดแย้งเกิดขึ้นแล้ว หรือกำลังจะเกิดต้องพยายามไม่ใส่อารมณ์และความรู้สึกของตนเข้าไปในเนื้อความที่พูด มากนัก พยายามพูดให้เป็นกลาง ไม่ผูกมัดตนเอง หรือเข้าข้างฝ่ายใดมากเกินไป

๔. มีเหตุมีผล เมื่อมีความขัดแย้งเกิดขึ้น วิธีการจะลดความขัดแย้งได้นั้นไม่ใช่ด้วยความคิดเอาชนะหรือสู้กันด้วยฝีปากคารม แต่ต้องใช้เหตุผลผู้ที่จะเป็นที่ยอมรับของคนส่วนใหญ่ได้จะเป็นผู้ที่ยกเหตุผลที่ดีที่สุดเหมาะกับสถานการณ์บุคคลและเวลาตอนนั้นให้มากที่สุด

๕. เข้าใจธรรมชาติของคน ของกลุ่ม และของงาน เหตุผลที่ดีที่สุดที่คนจะรับฟัง และยอมรับนั้นต้องเป็นเหตุผลที่ถูกต้องและถูกต้องตามทัศนคติของผู้ฟัง ดังนั้นท่านจะลดความขัดแย้งได้อาจต้องเข้าใจธรรมชาติของคน กลุ่ม และงานที่ทำหรือรับผิดชอบอยู่

๖. ใจกว้าง ยอมรับฟังความคิดเห็นคนอื่น ยอมรับตนเองละผลประโยชน์ของตนเองลงเพื่อให้คนอื่น ความใจกว้างเช่นนี้จะทำให้ฝ่ายที่มีความขัดแย้งอยู่ตรงกันข้าม มีความชื่นชม และยอมลดความขัดแย้งลง

๗. ใจเย็น ความขัดแย้งก่อให้เกิดความขัดเคือง อาจมีการต่อว่าขึ้นเสียง แสดงความก้าวร้าวขึ้นมาได้ การจะลดความขัดแย้งได้ต้องใจเย็นไม่ใช่วิธีการแข่งกร้าว ฮึดสู้ ไม่ยอมกันและกัน

๘. มีธรรมครองใจ สิ่งที่ดีที่สุดในการครองตน ครองคน ครองเรือน และครองงานนั้นคือต้องมีธรรมครองใจ เมื่อมีบทบาทเป็นหัวหน้าและเกิดความขัดแย้งขึ้นคงต้องใช้อิทธิบาท ๔ คือ เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ยึดหลักธรรมเช่นนี้และแสดงออกมาให้คนประจักษ์ได้เช่นนี้ จะทำให้ความขัดแย้งลดน้อยลงไป

หลักปฏิบัติในการแก้ไขความขัดแย้ง

เมื่อมีความขัดแย้งเกิดขึ้นแม้ว่าจะพยายามลดข้อขัดแย้งด้วยตนเองไปแล้ว แต่ความขัดแย้งอาจจะยังคงอยู่ โดยเฉพาะเมื่อความขัดแย้งนั้นไม่ได้เกิดขึ้นเฉพาะกับตัวท่านเอง แต่อาจเกิดขึ้นระหว่างผู้อื่นในหน่วยงาน เช่น ลูกน้องกับลูกน้อง หรือหน่วยงานของท่านกับหน่วยงานอื่น การแก้ไขความขัดแย้งคงจะแก้ไขที่ตัวท่านคนเดียวไม่ได้ ต้องมีวิธีการปฏิบัติเพื่อแก้ไขข้อขัดแย้ง โดยเฉพาะความขัดแย้งในกลุ่มผู้ร่วมงาน จนอาจทำให้ผลงานของส่วนรวมเสียไป

การแก้ไขความขัดแย้งในกลุ่มผู้ร่วมงานควรปฏิบัติดังนี้

๑. เลือกเวลาและโอกาสที่เหมาะสม ความขัดแย้งบางอย่าง และบางครั้งไม่จำเป็นต้องรับจัดการความขัดแย้ง อาจรอเวลาได้ หรือในบางครั้งเมื่อเวลาผ่านไปต่างฝ่ายอาจปรับเปลี่ยนพฤติกรรมปรับใจยอมรับได้ โดยไม่ต้องมีการแก้ไขใด ๆ โดยผู้อื่น แต่ความขัดแย้งที่รุนแรงบางอย่างต้องแก้ไข และต้องเลือกเวลาที่ทุกฝ่ายต้องมีความพร้อมเหมาะสม

๒. รู้สาเหตุของความขัดแย้ง การจะแก้ไขเรื่องใดต้องแก้ไขที่สาเหตุจึงจะทำให้การแก้ไขได้ผล สาเหตุมีมากมายดังกล่าวมาแล้วถ้าแก้ไขได้ที่สาเหตุจริง ๆ จะทำให้ความขัดแย้งนั้นลดลงได้

๓. หลีกเสี่ยงการแพ้ชนะ ถ้ามีการมุ่งหวังเอาชนะเอาแพ้กันให้ได้ ความขัดแย้งจะไม่ยุติได้จริง ๆ เพราะผู้ชนะอีกเหิมได้ใจ ผู้แพ้จะเจ็บแค้นผูกใจเจ็บอยากแก้แค้น การบอกให้เข้าใจถึงปัญหาร่วมกันช่วยแก้ไขดีกว่า

๔. ยึดเหตุผลและหลักการ เหตุผลที่ดีกว่าถูกต้องกว่า หรือหลักการควรเป็นอย่างไรจะเป็นสิ่งที่คนยอมรับได้มากกว่า หากความขัดแย้งมีคู่กรณีฝ่ายหนึ่งมีอำนาจ มีฐานะ มีศักดิ์ศรี มากกว่าอีกฝ่าย การจะขจัดความขัดแย้งต้องยึดหลักการเหตุผลให้ดี อย่าให้มีการลำเอียงโดยดูสถานภาพหรือตำแหน่งของคู่กรณี

๕. ต้องพยายามควบคุมบรรยากาศในการปรึกษาเพื่อลดความขัดแย้ง อย่าให้มีความตึงเครียดมากจนเกิดความรู้สึกอึดอัดสับสน หรือก้าวร้าว

เพื่อให้ท่านสามารถรู้สาเหตุและรู้วิธีการแก้ไข หรือดำเนินการจัดการความขัดแย้งได้อย่างมีประสิทธิภาพ ควบคุมบรรยากาศได้ และเตรียมการเตรียมข้อมูลได้ดี ควรมีการจัดการความขัดแย้งโดยทำเป็นขั้นตอนโดยขั้นแรกควรทำดังนี้

วิธีการจัดการความขัดแย้ง

ขั้นแรก

๑. เริ่มขั้นตอนตรวจสอบทั้ง ๒ ด้าน พยายามปรับความเข้าใจได้หรือไม่

๒. ทหาว่าปฏิกริยานั้นเป็นสัดส่วนกับสถานการณ์ แต่ละฝ่ายมีอารมณ์ค้างมาจากเรื่องเก่าหรือไม่

๓. จับจุดที่ทำให้เกิดความขัดแย้ง แล้วพยายามจงให้เห็นผลประโยชน์ของภาพรวม

ในขั้นแรกเป็นการประเมินสถานการณ์ปัจจุบันว่ามีผลจากสถานการณ์ดั้งเดิม หรือไม่ พยายามปรับความเข้าใจกันได้หรือไม่ และเน้นให้ตระหนักถึงผลประโยชน์ของส่วนรวม

เรื่องของความขัดแย้งที่กล่าวมาข้างต้น คงเป็นเรื่องที่ทุกคนไม่อยากจะเกิดขึ้น ไม่ว่าจะตัวเราหรือบุคคลในครอบครัว รวมทั้งในองค์กรด้วยใช้ไหมคะ แต่บางสิ่งบางอย่างคงหลีกเลี่ยงไม่ค่อยได้ เพราะแต่ละคนจะมีหลากหลายในความคิดเห็นที่แตกต่างกันไป แต่ก็คงไม่เป็นเรื่องที่ยากถ้าเราจะทำความเข้าใจกับปัญหาที่เกิดขึ้นได้ สิ่งแรกที่ต้องทำก็คือ “ปรับพฤติกรรมของตนเอง” แล้วสถานการณ์ต่าง ๆ ของความขัดแย้งคงจะไม่เกิดขึ้นแน่นอน

เรียบเรียงโดย ปิยะวรรณ ปานโต



เอกสารอ้างอิง

จินตนา บุญบงการ. การบริหารความขัดแย้ง. ศูนย์การศึกษาต่อเนื่อง จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

August (๑๙๙๑) หน้า ๑ - ๒๓.





วิธีการแก้ไขความขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์ (Creative Resolution of Conflict)

● ความสำคัญของความคิดสร้างสรรค์ในการแก้ไขความขัดแย้ง

ความคิดสร้างสรรค์นั้นมีความสำคัญต่อการแก้ไขความขัดแย้งแบบต่างฝ่ายต่างได้ประโยชน์ (win-win) ฝ่ายที่อยู่ในความขัดแย้งมักจะมองสถานการณ์ในลักษณะขาว-ดำ แพ้-ชนะ แต่ละฝ่ายจะเข้ามาในกระบวนการแก้ไขข้อโต้แย้ง พร้อมด้วยจุดยืนที่แน่วแน่ ซึ่งสะท้อนทางแก้ไขตามที่ตนเองชอบ แต่ละฝ่ายต่างก็ปฏิเสธจุดยืนของกันและกัน การยอมรับจุดยืนของอีกฝ่าย ย่อมหมายถึงการยอมแพ้หรือความพ่ายแพ้ โดยวิธีการที่มักใช้กันในการแก้ไขความขัดแย้งก็คือ การประนีประนอม (compromise) หมายถึง การลดช่องว่างระหว่างจุดยืนของฝ่ายที่ขัดแย้งกัน จนกระทั่งมาถึงการบรรลุจุดประนีประนอมที่ยอมรับได้ ดังนั้นจึงไม่มีฝ่ายใดฝ่ายหนึ่งที่เป็นผู้แพ้ทั้งหมดหรือชนะทั้งหมด และทั้งสองฝ่ายต่างก็พึงพอใจแค่เพียงบางส่วน ไม่ใช่เรื่องแปลกของฝ่ายที่ตกลงร่วมกันได้ในการประนีประนอมจะเดินจากไปแบบรู้สึกว่างโหวงและไม่พึงพอใจอย่างถึงที่สุด

การร่วมมือกันจะเปิดประตูให้กับทางแก้แบบต่างฝ่ายต่างได้ประโยชน์ (win-win solutions) โดยการสร้างสรรค์ทางเลือกใหม่ ซึ่งมักจะแตกต่างจากจุดยืนของแต่ละฝ่าย กระทั่งอาจแตกต่างจากทางแก้ที่ทุกคนจะคาดคิดได้ในตอนต้นกระบวนการอีกด้วย ความจริงที่ว่า ทางเลือกใหม่ ๆ เหล่านี้ไม่ใช่ของฝ่ายใดฝ่ายหนึ่ง ทำให้ทั้งสองฝ่ายมองว่าเป็นชัยชนะมากกว่าเป็นการพ่ายแพ้

การร่วมมือกันไม่จำเป็นต้องจบลงด้วยทางแก้ที่สร้างสรรค์เสมอไป บางครั้งสิ่งที่ดีที่สุดก็อาจเป็นการประนีประนอมเท่านั้น อย่างไรก็ตามในสถานการณ์ที่ค่อนข้างน่าประทับใจนั้น ผลลัพธ์มักจะเป็นการสร้างสรรค์เสมอ บางครั้งความคิดสร้างสรรค์ก็สะท้อนอยู่ในองค์ประกอบเล็ก ๆ แต่สิ่งสำคัญของทางแก้ที่ทำให้ส่วนที่เหลือเป็นที่ยอมรับได้ บางครั้งทางแก้ทั้งหมดก็อาจเป็นแนวทางไปสู่ความสร้างสรรค์ที่น่าอัศจรรย์

● ปัจจัยที่สนับสนุนวิธีแก้ไขความขัดแย้งที่สร้างสรรค์

๑. ความขัดแย้งถูกจัดวางใหม่ให้อยู่ในรูปปัญหา

ความขัดแย้งนำมาสู่การเผชิญหน้าและการต่อสู้ โดยทั่วไปคนมักมองว่าการแก้ไขความขัดแย้งในลักษณะที่เป็นข้อเสนอมิทางใดก็ทางหนึ่ง นั่นคือ ไม่ฝ่ายนี้ชนะ ก็ต้องเป็นฝ่ายนั้น คนย่อมจะรู้สึกว่าการบรรยายสร้างสรรค์มากขึ้น เมื่อตัวเองได้ร่วมกันแก้ปัญหาพร้อมกับเพื่อนร่วมงานมากกว่าการแก้ไขข้อขัดแย้งกับคู่อริ กระบวนการที่อิงผลประโยชน์เป็นการนิยามความขัดแย้งระหว่างฝ่ายต่าง ๆ เสียใหม่ ให้เป็นปัญหาที่ต้องได้รับการร่วมกันแก้ไขด้วยประสบการณ์และมุมมองที่ผสมผสานกันของพวกเขา ความขัดแย้งเป็นแค่เพียงปัญหาที่ต้องได้รับการแก้ไขเท่านั้นเอง แต่ที่มันยุ่งยากก็เพราะแต่ละฝ่ายต่างก็เลือกที่จะยืนอยู่จุดตรง

ข้ามกันเท่านั้นเอง กระบวนการที่อิงผลประโยชน์จะช่วยให้พวกเขาอมถอยไปอย่างน้อยหนึ่งก้าว และเล็ก ยึดจุดยืนของตนเอง พร้อมทั้งก้าวไปสู่การแก้ปัญหาถัดไป

๒. ความไว้วางใจทำให้เกิดการกล้าเสี่ยง

ความคิดสร้างสรรค์ต้องอาศัยผู้คนที่กล้าเสี่ยง ซึ่งรวมถึงความเสี่ยงที่จะเสนอความคิดเห็นใหม่ ๆ การยอมรับความเสี่ยงในการพิจารณาแนวคิดที่ดูเหมือนจะขัดแย้งกับสัญชาตญาณ ก็เป็นอีกสิ่งที่ต้องมีในการคิดสร้างสรรค์ด้วยเช่นกัน กระบวนการที่จะทำให้คนเกิดความไว้วางใจกัน จะต้องมีการจัดบรรยากาศแบบร่วมมือกัน ก่อนที่จะลงมือแก้ไขปัญหาที่สำคัญอื่น ๆ เมื่อคนรู้สึกว่าคุณได้รับการรับฟัง และได้รับความเข้าใจจากคนอื่น และเอาชนะความเป็นปรปักษ์ในตัวเองได้แล้ว พวกเขาพร้อมที่จะร่วมมือมากขึ้น

๓. สองห่วย่อมดีกว่าห่วยเดียวในการแก้ปัญหา

เวลาที่เผชิญกับปัญหายาก ๆ พวกเราส่วนใหญ่ย่อมจะได้รับประโยชน์จากการปรึกษากับผู้อื่นเสมอ บ่อยครั้งที่เพื่อนร่วมงานที่เราขัดแย้งด้วย จะเป็นคนที่เหมาะที่สุดที่เราจะไปปรึกษา ถ้าเราสามารถมองอย่างเป็นกลางได้ พวกเขาเข้าใจองค์กร และสถานการณ์ได้ดีกว่าคนภายนอก เนื่องจากมีประสบการณ์ ความรู้ และมุมมองที่ไม่แตกต่างกันมากนัก หากเพื่อนร่วมงานที่เราขัดแย้งด้วยยินดีเข้ามาแก้ไขปัญหา ก็จะช่วยให้ปัญหาถูกแก้ไขได้เร็วยิ่งขึ้น

๔. กระบวนการที่มีแบบแผนช่วยให้มีเวลาสำหรับการสร้างสรรค์

คนส่วนใหญ่มักรู้สึกว่าคุณขัดแย้งและการแก้ไขความขัดแย้งเป็นเรื่องที่หนักหนาสาหัส คนที่อยู่ในความขัดแย้งย่อมไม่อาจพัฒนาทางออกที่เป็นการคิดค้นที่สร้างสรรค์ได้อย่างรวดเร็ว รวมทั้งต้องอาศัยเวลาในการเข้าไปปัญหา และการเหยียวยาความสัมพันธ์ เพื่อสำรวจผลประโยชน์ของแต่ละฝ่าย การแบ่งปันข้อมูล และการวางแผนพิจารณาทางเลือกต่าง ๆ แนวคิดสร้างสรรค์ที่สุดมักจะไม่ใช่แนวคิดแรกที่ได้รับการนำเสนอ ควรลองทำตามกระบวนการที่มีแบบแผน และลดความเร็วในการแก้ปัญหาลง ความคิดสร้างสรรค์ก็จะเกิดขึ้น

๕. การยับยั้งการวิพากษ์วิจารณ์ช่วยส่งเสริมการระดมความคิด

ในการระดมสมองนั้น การคิดค้นทางเลือกอย่างสร้างสรรค์เป็นองค์ประกอบสำคัญในการส่งเสริมให้ฝ่ายต่าง ๆ เสนอทางเลือกได้มากขึ้น เนื่องจากการวิพากษ์วิจารณ์หรือแม้กระทั่งการแสดงความคิดเห็นต่อทางเลือกต่าง ๆ จะขัดจังหวะการระดมความคิด ยังมีวิธีการหาทางเลือกในการระดมสมองมากเท่าไร ข้อตกลงที่บรรลุลงได้ก็จะมีโอกาสเป็นไปได้มากขึ้น และการสร้างสรรค์ก็จะมีมากขึ้นเท่านั้น

• การโต้แย้งเชิงสร้างสรรค์

เป้าหมายของกระบวนการโต้แย้งเชิงสร้างสรรค์ อยู่ที่การส่งเสริมให้คนเข้ามามีส่วนร่วมกับปัญหา โดยไม่เน้นการให้ความสำคัญกับการขัดแย้งของบุคคล ทั้งนี้ก็ด้วยการประยุกต์ใช้รูปแบบของการต่อรองที่

อิงผลประโยชน์ ก็จะสามารถบรรลุเป้าหมายนี้ได้ ในบางแง่มุมนั้น การโต้แย้งเชิงสร้างสรรค์ เป็นวิธีการที่ง่ายกว่าที่จะประยุกต์รูปแบบนี้กับกลุ่มทำงานหรือทีมงาน มากกว่าที่จะนำมาใช้กับกลุ่มที่มีความขัดแย้งกัน สมาชิกในทีมย่อมเข้ามาร่วมกันเพื่อมุ่งแก้ปัญหา ดังนั้น จุดเน้นของกระบวนการจึงสามารถที่จะก่อให้เกิดความคิดสร้างสรรค์ (creativity) และฉันทามติ (consensus) มากกว่าที่จะมุ่งแก้ปัญหาความขัดแย้งเชิงลบ

การโต้แย้งเชิงสร้างสรรค์ ต้องอาศัยปฏิสัมพันธ์ขององค์ประกอบสำคัญ ๔ ประการ ดังต่อไปนี้

๑. กระบวนการ (Process) ที่ส่งเสริมการประชันความคิด ขณะเดียวกันก็ให้การสนับสนุนความร่วมมือของคนไปด้วย เพื่อให้เกิดการโต้แย้งเชิงสร้างสรรค์

๒. ผู้เข้าร่วม (Participants) ที่หลากหลาย ซึ่งสนับสนุนเป้าหมายภาพรวมของกลุ่ม และคนที่ไม่รู้สึกรู้เห็นผลประโยชน์เป็นสำคัญ

๓. ผู้นำ (Leader) ที่เข้าใจ และชื่นชมการโต้แย้งเชิงสร้างสรรค์ พร้อมทั้งมีทักษะการไกล่เกลี่ยในการบริหารจัดการกระบวนการ เพื่อให้เกิดความคิดสร้างสรรค์

๔. วัฒนธรรมองค์กร (Organizational Culture) ที่สนับสนุนกระบวนการและผู้คนในองค์กรให้มีส่วนร่วมในการแก้ปัญหาความขัดแย้ง

● กระบวนการโต้แย้งเชิงสร้างสรรค์

วิธีการแก้ไขความขัดแย้งแบบผสมผสานความร่วมมือ แบ่งออกเป็น ๓ ขั้นตอน ดังนี้

ข้อที่ ๑ : ระบุสาเหตุพื้นฐานของความขัดแย้ง คือ ระบุให้ชัดว่าเป็นปัญหาด้านปฏิสัมพันธ์ใช้หรือไม่ ที่เป็นสาเหตุสำคัญของความขัดแย้ง

ข้อที่ ๒ : จัดการกับปัญหาปฏิสัมพันธ์ที่สำคัญก่อนเป็นลำดับแรก

ข้อที่ ๓ : จัดการกับปัญหาอย่างจริงจัง

การแก้ไขความขัดแย้งขั้นที่ ๑ และ ๒ มีความสำคัญเป็นอย่างยิ่ง เนื่องจากบ่อยครั้งที่ความขัดแย้งในองค์กรจะมีเรื่องของความสัมพันธ์เป็นองค์ประกอบสำคัญ ประเด็นด้านปฏิสัมพันธ์อาจให้แนวทางในการแก้ไขความขัดแย้งก็เป็นได้ อันที่จริงแล้ว แต่ไม่ว่าในกรณีใด ๆ การแก้ไขความขัดแย้งก็จะส่งเสริมการแก้ปัญหาที่สำคัญอื่น ๆ ด้วยเสมอ

ในการโต้แย้งเชิงสร้างสรรค์ จุดเน้นจะอยู่ที่ขั้นที่ ๓ อันหมายถึงการนำคนมารวมกันเพื่อแก้ปัญหาอย่างสร้างสรรค์ ภายใต้ความเชื่อที่ว่า พวกเขาไม่มีความขัดแย้งต่อกันและกัน และเพื่อที่จะให้การโต้แย้งเชิงสร้างสรรค์เป็นไปด้วยดี คนจะต้องพร้อมที่จะแสดงความคิดเห็น และท้าทายความคิด รวมถึงปกป้องความคิดอย่างจริงจัง และเปิดเผย โดยไม่โจมตีคนอื่น หรือกลัวว่าจะถูกคนอื่นโจมตี ซึ่งถ้าเกิดมีปัญหาระหว่างผู้เข้าร่วมในเรื่องนี้ ควรจะต้องมีการจัดการเป็นลำดับแรกสุด

ความขัดแย้งเป็นสิ่งที่หลีกเลี่ยงไม่ได้ และมักเกิดขึ้นในทุกองค์กร ดังนั้นแนวทางการแก้ไขความขัดแย้งควรดำเนินการอย่างสร้างสรรค์ เพื่อไม่ให้เกิดผลกระทบในวงกว้าง วิธีการแก้ไขความขัดแย้งมีหลายวิธี รวมทั้งการโต้แย้งเชิงสร้างสรรค์ การนำมาใช้ขึ้นอยู่กับแต่ละสถานการณ์และบุคคลที่เกี่ยวข้อง

● ข้อดีของการโต้แย้งเชิงสร้างสรรค์

การโต้แย้งเชิงสร้างสรรค์ มีข้อดีที่สำคัญหลายประการที่เหนือกว่ากระบวนการแก้ปัญหาแบบอื่น ๆ ดังนี้

๑. กระบวนการแก้ปัญหาแบบกลุ่มทั้งหลายมักจะชอบทึกทักว่า ผู้เข้าร่วมนั้นพร้อมที่จะร่วมมือกันอย่างสร้างสรรค์เสมอ กระบวนการโต้แย้งเชิงสร้างสรรค์นั้น ตระหนักถึงความขัดแย้งทางปฏิสัมพันธ์ที่อาจจะมียู่ระหว่างสมาชิกกลุ่ม และปัญหาเหล่านั้นอาจขัดขวางการแก้ปัญหาแบบผสมความร่วมมือกันได้ ซึ่งกระบวนการนี้จะจัดการกับความขัดแย้งที่อาจมีอยู่เหล่านี้ ตั้งแต่แรกทีเดียว

๒. กระบวนการกลุ่มหลายแบบ มีแนวโน้มที่จะหลีกเลี่ยงความขัดแย้งเพื่อรักษาเอกภาพภายในกลุ่ม พวกเขาจะใช้ความแตกต่างเพื่อให้ได้แนวคิดที่หลากหลาย และแนวคิดต่าง ๆ เหล่านี้จะถูกผนวกรวมเข้ามาทั้งหมด โดยเป็นการพยายามที่จะสร้างทางแก้ปัญหาที่รวบรวมความคิดของทุก ๆ คนเข้าไว้ด้วยกัน

๓. กระบวนการแก้ปัญหาทั้งหลายมักจะมองข้ามหรือละเลยผลประโยชน์ หรือความสนใจส่วนตัว และที่เป็นของกลุ่มผลประโยชน์ และยังทึกทักอีกด้วยว่าผู้เข้าร่วมทั้งหมดจะสามารถทุ่มเทความสนใจอย่างเจาะจงไปยังเป้าหมายร่วมขององค์กรได้ แม้ว่าการโต้แย้งเชิงสร้างสรรค์จะตระหนักถึงความสำคัญสูงสุดของเป้าหมายองค์กรก็จริง แต่มันก็รับรู้ถึงบทบาทสำคัญของข้อกังวลใจส่วนตัว และความต้องการของผู้เข้าร่วม รวมถึงของกลุ่มผลประโยชน์ด้วย ต่อการที่จะได้รับการสนับสนุนสำหรับการตัดสินใจภายในกลุ่ม

เรียบเรียงโดย นารีนักษณ์ ศิริวรรณ

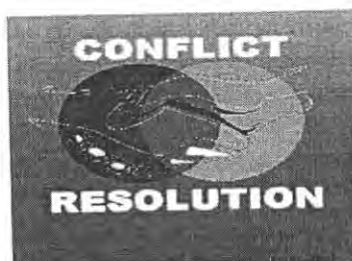


เอกสารอ้างอิง

นรินทร์ องค์กรินทร์ และธนิษานันท์ มาชะศิริรานนท์. การจัดการความขัดแย้งอย่างสร้างสรรค์. กรุงเทพฯ : ธรรมการพิมพ์. ๒๕๔๙.

www.lampang.go.th/sato/oppose.ppt

www.suthep.ricr.ac.th



สัทธบำบัด



สร้างภูมิคุ้มกันด้วยการหัวเราะบำบัด



ช่วงนี้ ท่านผู้อ่านอาจกำลังเครียดกับหลายเรื่องในบ้านเราไม่ว่าจะเป็น การเมือง สถานการณ์ทางภาคใต้ เศรษฐกิจ สังคม เป็นต้น เรื่องของการดูแลสุขภาพจึงเป็นสิ่งสำคัญ วันนี้เราจะขอแนะนำวิธีสร้างภูมิคุ้มกันด้วยการหัวเราะบำบัด เพื่อให้ทุกท่านสามารถยืนหยัดอยู่ในสังคมนี้ได้อย่างมีความสุข

ว่ากันว่าการเปล่งเสียงต่างๆ เช่น เด็กร้องไห้เพราะขัดใจ หรือเจ็บปวด ผู้ใหญ่โดนมีดบาดมือ แล้วร้องอุทานออกมาว่าโธ้ย! ล้วนเป็นการลดทอนความเจ็บปวด หรือผ่อนถ่ายความอัดอั้นตันใจ ซึ่งเป็นกระบวนการทางธรรมชาติที่ร่างกายใช้บำบัดตัวเอง

วัตถุประสงค์ของเสียงบำบัดคือเพื่อความผ่อนคลายเป็นหลัก แต่เมื่อนำมาใช้กับการหัวเราะ จึงเป็นการบำบัดโรค โดยประยุกต์รวมเข้ากับหลักฟ่งสมาธิ ความนิ่งสงบของชี่กง และโยคะมาประยุกต์เข้าด้วยกัน ซึ่งเป็นการบำบัดแบบองค์รวม นอกจากจะส่งผลดีต่อระบบการทำงานของร่างกาย ทั้งระบบหายใจ ระบบย่อยอาหารและการขับถ่าย ระบบไหลเวียนโลหิต ระบบพักผ่อนและผิวพรรณ ระบบเจริญพันธุ์ ระบบการทำงานของต่อมไร้ท่อ และสัญชาตญาณการอยู่รอดแล้ว เสียงหัวเราะยังมีประโยชน์มากมายอย่างที่ตนเองก็อาจคาดไม่ถึงดังนี้

- ลดอาการเจ็บปวด เมื่อเราหัวเราะร่างกายจะรู้สึกผ่อนคลาย ซึ่งจะช่วยลดความเจ็บปวดได้ เช่นเวลาฉีดยา คนที่ผ่อนคลายจะเจ็บน้อยกว่าคนเครียด เพราะความเครียดจะทำให้กล้ามเนื้อเกร็ง นอกจากนี้การหัวเราะยังช่วยให้ร่างกายหลั่งสาร serotonin และ endorphin เพิ่มมากขึ้น
- แก้อาการซึมเศร้า เพราะการหัวเราะกระตุ้นให้ร่างกายหลั่งสาร serotonin และ dopamine เพิ่มขึ้น
- เพิ่มภูมิคุ้มกัน การหัวเราะช่วยเพิ่ม IgA ในน้ำลาย ซึ่งช่วยป้องกันการติดเชื้อทางเดินหายใจ เช่น ไข้หวัด ภูมิแพ้

- บริหารกล้ามเนื้อ ระหว่างที่กำลังหัวเราะอยู่นั้น จะช่วยบริหารกล้ามเนื้อใบหน้า ๑๕ ชนิด และกล้ามเนื้อร่างกาย ๑๒ ชนิด ทั้งยังมีรายงานทางการแพทย์ระบุว่า การดูดกลืนแล้วหัวเราะ ทำให้กล้ามเนื้อผ่อนคลายมากกว่าการดูวิวสวย ๆ

- บริหารหัวใจให้แข็งแรง การหัวเราะ ๑๕-๒๐ นาทีอย่างต่อเนื่อง ทำให้หัวใจได้ออกกำลังภายใน ๓-๕ นาที ผู้สูงอายุที่ไม่ค่อยได้เคลื่อนไหวร่างกาย ควรออกกำลังกายด้วยการหัวเราะบ่อย ๆ

- ช่วยบริหารปอด การหัวเราะทำให้ diaphragm มีการเคลื่อนไหว ช่วยหมุนเวียนอากาศในปอดผู้ป่วยที่มีปัญหาระบบทางเดินหายใจโดยตรงควรหัวเราะบ่อย ๆ

- ชะลออาการของโรค การหัวเราะช่วยให้อาการของโรคไม่เลวร้ายลงกว่าเดิม เพิ่มโอกาสในการรักษาโรคมมากขึ้น

ฝึกร่างกาย สั่งอวัยวะให้หัวเราะ

แนวคิดของการหัวเราะบำบัด อิงตามหลักของศาสตร์ตะวันออกที่มองทุกอย่างเป็นองค์รวม โดยเน้นฝึกด้วยท่าหัวเราะหลายๆท่าต่อเนื่อง ๒-๓ ชั่วโมง เพราะในแต่ละท่าจะมีประโยชน์ต่างกัน คนที่ฝึกจะรู้ได้ด้วยตัวเองว่าท่าไหนส่งผลดีต่อปัญหาของเขาโดยตรง เสียงโ ออ อู เอ ที่นำมาประยุกต์ในกระบวนการหัวเราะบำบัดนั้น เป็นเสียงพื้นฐานสากลที่ใช้กันทั่วโลก โดยแต่ละเสียงมีท่าทางประกอบ และมีประโยชน์ในการบำบัดโรค ดังนี้

😊 เสียง โอ/ท้องหัวเราะ เป็นการออกเสียงจากท้อง โดยยืนตัวตรง กางขาเล็กน้อย กางแขนออกไปด้านข้างของลำตัว งอแขนเล็กน้อย กำมือทั้งสองข้างโดยชูนิ้วหัวแม่มือขึ้น ตามองตรง สุดลมหายใจเข้าปอดลึกๆ กักลมไว้ จากนั้นค่อยๆเปล่งเสียง “โ ออ โอะ ๆ...” เหมือนเสียงซานตาครอสหัวเราะ ขณะเดียวกันให้ค่อยๆปล่อยลมหายใจออก พร้อมๆกับขยับแขนขึ้นลง

ประโยชน์ของท่าท้องหัวเราะ เมื่อเปล่งเสียงโ ออ ทั้งลำไส้ใหญ่ ลำไส้เล็ก ตับ ไต และกระเพาะอาหารจะขยับขยับเคลื่อนไปด้วย ท่านี้จะช่วยให้ระบบทางเดินอาหารทำงานดีขึ้น และช่วยบำบัดโรคลำไส้ อักเสบ โรคกระเพาะอาหาร ท้องผูก ท้องเสียโดยเฉพาะ รวมถึงคนที่มีปัญหาโรคอ้วน ผอมแห้งแรงน้อย บูลิเมีย มีพุง หน้าท้องหย่อน และเบื่ออาหาร ท่านี้ก็ช่วยได้เหมือนกัน

ตามหลักจิตวิทยา การยกนิ้วหัวแม่มือประกอบการทำท่านี้ ยังทำให้รู้สึกดีกับตัวเอง และคนรอบข้างด้วย เพราะมีนัยยะว่า “ดีมาก” เป็นการชมตัวเอง และคนอื่น ซึ่งในชีวิตประจำวันเราไม่ค่อยได้รับคำชมบ่อยนัก นอกจากคำตำหนิ

😊 เสียงอา/อกหัวเราะ เป็นการเปล่งเสียงจากอก ให้ยืนตรง กางขาเล็กน้อย กางแขนออกไปข้างลำตัว กางแขนออกไปข้างลำตัวเหมือนนกกระฟือปีก หงายมือขึ้น และปล่อยมือตามสบาย ตามองตรง สุดลมหายใจลึกๆ กักลมไว้ ค่อยๆเปล่งเสียง “อา ออ ๆ...” ดังๆเหมือนเสียงเจ้าพ่อหัวเราะ ขณะเดียวกันให้ปล่อยลมหายใจออก พร้อมๆกับกระฟือแขนขึ้นลง

ประโยชน์ของท่าอกหัวเราะ เมื่อเปล่งเสียงอา จะกระตุ้นให้กล้ามเนื้อบริเวณหน้าอก หัวใจ ปอด และไหล่ขยับเขยื้อนไปด้วย ทำนี้จะช่วยให้อวัยวะบริเวณหน้าอกทั้งหมดทำงานได้ดีขึ้น และช่วยบำบัด โรคความดัน โรคหัวใจ โรคปอด อาการเจ็บแน่นหน้าอก เส้นเลือดหัวใจตีบ โรคขาดเลือด โดยเฉพาะช่วยให้การเต้นของหัวใจทำงานดีขึ้น ส่งผลให้การสูดจิตและการไหลเวียนเลือดในร่างกายดีขึ้น คนที่มีปัญหาเรื่องซึมเศร้า ซ้ำอายุ ขาดความมั่นใจ ควรทำท่านี้บ่อยๆคะ เพราะในทางจิตวิทยาระบุว่าจะช่วยเพิ่มความมั่นใจ การปรับตัว และการปฏิสัมพันธ์กับคนรอบข้างได้ดี

😊 เสียงอุ/คอหัวเราะ เป็นการเปล่งเสียงออกจากลำคอ เริ่มต้นด้วยการยืนตรง กางขาเล็กน้อย แขนแนบลำตัว ยกขึ้นตั้งฉากขึ้นไปข้างหน้า งอนิ้วนางและนิ้วก้อยเข้าหาตัวเอง ยกนิ้วหัวแม่มือขึ้น และชี้นิ้วชี้ และนิ้วกลางไปข้างหน้าในลักษณะชิดติดกัน เหมือนทำยิงปืน ตามองตรง จากนั้นสูดลมหายใจลึกๆ กักลมไว้ แล้วค่อยๆเปล่งเสียง “อุ อุๆ...” เหมือนเสียงหมาป่าหอน ขณะเดียวกันให้ค้อย ๆ ปล่อยลมหายใจออก พร้อมกับแก้มมือไปข้างหน้า

ประโยชน์ของท่าคอหัวเราะ เมื่อเปล่งเสียงอุ จะกระตุ้นให้บริเวณลำคอสั้น ทำนี้จะช่วยแก้ปัญหาเจ็บคอ คออักเสบ ปวดคอ สำหรับคนที่มีปัญหาเนื่องจากต้องใช้เสียงเยอะ เช่น ครู นักร้อง เมื่อทำท่านี้บ่อยๆจะช่วยทำให้คอโล่ง ช่วยรักษาโทนเสียง

หลักคิดของท่านี้คือ ระหว่างที่พุ่งมือไปข้างหน้า ช่วยกระตุ้นให้รู้สึกมีพลัง กล้าแสดงออก เชื่อมั่นหนักแน่นและมุ่งมั่น พร้อมก้าวไปข้างหน้า

😊 เสียงเอ/ใบหน้าหัวเราะ ทำนี้จะทำแบบสบายๆ โดยยืนตามสบาย ค่อยๆยกมือขึ้นมาตามก้นสุดลมหายใจลึกๆ แล้วขยับทุกนิ้วทั้งหัวแม่มือ ชี้ กลาง นาง และก้อย ตามองตรง ระหว่างนั้นให้เปล่งเสียง “เอ เอะๆ...” ออกมา เหมือนหยอกล้อเด็ก นอกจากจะได้ฝึกกล้ามเนื้อมัดเล็กที่นิ้วมือแล้ว ท่านี้ยังช่วยฝึกบริหารสมองด้วย

ประโยชน์ของท่าใบหน้าหัวเราะ คนสมัยนี้ชอบคิดมาก บังคับ จึงทำให้เครียด ปวดหัว ปวดสมอง เมื่อเปล่งเสียงเอ ใบหน้าจะมีลักษณะเหมือนกำลังฉีกยิ้มโดยอัตโนมัติ เหมือนเรากำลังเล่นจ๊ะเอ๋กับเด็กตัวเล็กๆ เสียงเอจะทำให้เรายิ้มง่ายขึ้น เมื่อจิตใจผ่อนคลาย ร่างกายก็หัวเราะ

ความเครียดทำให้จิตใจของคนเปราะบางมากขึ้น เมื่อเจอปัญหา หรือคำพูดที่เสียดแทงใจหลายคนรับไม่ได้ กระบวนการหัวเราะบำบัดจึงสร้างภูมิคุ้มกันให้จิตใจ ดังนี้

- หัวเราะให้กับปัญหา แม้จะต้องหัวเราะทั้งน้ำตาก็ตาม ลองฝึกหัวเราะให้กับปัญหาบ่อยๆ แล้วเราจะค่อยๆ มีภูมิต้านทานมากขึ้น เมื่อเจอปัญหาครั้งต่อไป เราจะรับมือได้อย่างไม่หวั่นไหว

- หัวเราะกับปมด้อยของตัวเอง ระหว่างทำกิจกรรม ทุกคนในกลุ่มจะรุมตำเพื่อนที่ละคน เวียนจนครบทุกคน ตำในคำที่ไม่ชอบ ล้อปมด้อย หรือข้อผิดพลาดที่เคยฝังใจ และให้คนที่โดนตำพูดคำว่า “ฉันไม่สน ฉันไม่แคร์” โดยระหว่างนั้นให้หัวเราะออกมาดังๆ ด้วย เมื่อต้องออกไปใช้ชีวิตในสังคม แล้วโดนคนอื่นตำ ล้อเล่นแรงๆ บ่อยๆ จะกลายเป็นเรื่องตลกสำหรับเราทันที

- ไม่จริงจัง แต่ใส่ใจกับชีวิต ทุกวันนี้ที่คนฆ่าตัวตายเพราะไม่เท่าทันชีวิต และจริงจังกับชีวิตมากเกินไป การเตือนสติตัวเองด้วยการ “ไม่จริงจังกับชีวิต แต่เลือกใส่ใจกับชีวิต” จะเป็นเหมือนเกราะป้องกันสิ่งร้ายภายนอก ให้เราหนักแน่นมั่นคง พร้อมรับมือกับปัญหาอย่างมีสติ

- เดินออกมาจากปัญหาของตัวเองชั่วคราว คนที่เจอปัญหามักจะมองเห็นแต่ตัวเอง จึงทำให้แก้ปัญหาไม่ได้ แต่ถ้าลองเดินออกมาจากปัญหาของตัวเองชั่วคราว แล้วลองมองเข้าไปใหม่ จะทำให้คุณมองเห็นทางแก้ปัญหาได้ง่ายขึ้น

- คิดในด้านบวก การหัวเราะบำบัดคือการฝึกจิตใจ เพราะทำอย่างมีสติ บวกความคิดสมหวัง ความตั้งใจดีเข้าไปด้วย สำหรับคนที่ป่วย เมื่อจิตใจรู้สึกดี ก็มีความเชื่อมั่น ร่างกายก็ฮีตสู้ คราวนี้แหละไม่ว่าโรคร้ายแรงแค่ไหน ก็ไม่ต้องกลัวแล้วละคะ

- ใช้อารมณ์ความรู้สึกแบบเด็ก การมองปัญหาและใช้ความรู้สึกแบบเด็กในบางครั้ง จะทำให้เรารู้สึกสนุกกับการใช้ชีวิตได้

จำได้ไหมคะว่าตอนที่เรายังเด็ก เราสามารถหัวเราะเล่นเสียงดังเอ็งอีกกับเรื่องธรรมดา เล่นจะเอ็งกับใครก็ได้ เพราะไม่ต้องแบกหัวโซนไว้บนหัว ลองสวมบทบาทผู้ใหญ่หัวใจเด็กดูสิคะ แล้วคุณจะรู้ว่าเสียงหัวเราะนั้นนำความรื่นรมย์มาสู่ชีวิตคุณเพียงใด



เรียบเรียงโดย วิมลรักษ์ ศานติธรรม



เอกสารอ้างอิง

นิตยสารชีวิต. ปีที่ : ๕ ฉบับที่ : ๑๙๑ วันที่ ๑๖ กันยายน ๒๕๔๙.

<http://www.cheewajit.com/highlight.asp>

เปิดโลกกว้างด้วยศัพท์อ้อย

กระบวนทัศน์ (Paradigm)



คำว่า กระบวนทัศน์ (Paradigm) ซึ่งมาจากภาษากรีก โดย para แปลว่า beside ส่วน digm แปลว่า ทฤษฎี คือ ชุดแนวความคิด หรือมโนทัศน์ (Concepts) ค่านิยม (Values) ความเข้าใจรับรู้ (Perceptions) และการปฏิบัติ (Practice) ที่มีร่วมกันของคนกลุ่มหนึ่ง ชุมชนหนึ่งและได้ก่อตัวเป็นแบบแผนของทัศน์อย่างเฉพาะแบบหนึ่ง เกี่ยวกับความจริง (Reality) ซึ่งเป็นฐานของวิถีเพื่อการจัดการตนเอง ของชุมชนนั้นที่ทำหน้าที่สองประการ ประการแรกทำหน้าที่วาง หรือกำหนดกรอบ ประการที่สอง ทำหน้าที่บอกเราว่าควรประพฤติปฏิบัติอย่างไร ภายในกรอบเพื่อให้เกิดความสำเร็จ รวมไปถึง เราวัดความสำเร็จนั้นอย่างไร

Paradigm เป็นวิธีการหรือมุมมองต่อปรากฏการณ์ที่แสดงความสัมพันธ์ ซึ่งนำไปสู่การวิจัย และการปฏิบัติ ช่วยให้เราเข้าใจปรากฏการณ์ ประเด็นปัญหา แนวทางแก้ไข และเกณฑ์ ในการพิสูจน์ข้อสันนิษฐาน paradigm ประกอบด้วยทฤษฎีและวิธีการ Paradigm หรือ กระบวนทัศน์ โดยมุมมองทางด้านวิทยาศาสตร์ได้นิยามไว้ว่า คือตัวอย่างต่างๆ ที่เป็นที่ยอมรับของ การทำงานด้าน วิทยาศาสตร์อย่างแท้จริง ตัวอย่างที่รวมไปถึงกฎ ทฤษฎี การนำไปใช้และเครื่องมือรวมกัน ซึ่งทั้งหมดนี้ได้อำนาจให้ เกิดรูปแบบที่ซึ่งนำไปสู่ แนวปฏิบัติที่เชื่อมโยงกันอย่างเฉพาะพิเศษ ในงานวิจัยทางวิทยาศาสตร์และอธิบายต่อว่า “คนที่มีงานวิจัยอยู่ในกระบวนทัศน์เดียวกัน จะมีกฎและมาตรฐานการปฏิบัติทางวิทยาศาสตร์เหมือนกัน และได้ผลออกมาเหมือนกัน”

กระบวนทัศน์ ก็คือ กระบวนคิดวิเคราะห์ วิธีคิด วิธีปฏิบัติ แนวการดำเนินชีวิต มาทบทวนใหม่ เพื่อให้สอดคล้องกับยุค และสถานการณ์ ที่กำลังเกิดขึ้น และที่จะเกิดขึ้นในอนาคต ความเชื่อพื้นฐานที่มีในจิตใจของมนุษย์ทุกคน แตกต่างกันตามเพศ ตามวัย ตามสิ่งแวดล้อม ตามการศึกษาอบรม และตามการตัดสินใจเลือกของแต่ละบุคคล ความเชื่อพื้นฐานนี้แหละเป็นตัวกำหนด ให้แต่ละคนชอบอะไรและไม่ชอบอะไร พอใจแคไหนและอย่างไร เป็นตัวนำร่องการตัดสินใจ ด้วยความเข้าใจและเหตุผลในตัวบุคคลคนเดียวกัน อาจจะเปลี่ยนแปลงได้ หากรู้สึกว่ามีเหตุผล เพียงพอที่จะเปลี่ยน แต่จะไม่เปลี่ยนด้วยอารมณ์ก่อนเปลี่ยนจะต้องมีความเข้าใจ กระบวนทัศน์เก่าที่มีอยู่และ กระบวนทัศน์ที่จะรับเข้ามาแทน มีการขังใจจนเป็นที่พอใจ มิฉะนั้นจะไม่ยอมเปลี่ยน เพราะอย่างไรเสียตราบไต่ที่มีสภาพเป็น คนเต็มเปี่ยมจะต้อง มีกระบวนทัศน์ใด กระบวนทัศน์หนึ่งเป็น ตัวตัดสินใจเลือก ว่า จะเอาหรือจะปฏิเสธ ไม่มีไม่ได้ ถ้าไม่มีจะไม่รู้จักเลือกและตัดสินใจไม่เป็น กระบวนทัศน์ไม่ใช่สมรรถนะตัดสินใจ สมรรถนะตัดสินใจ (faculty of decision) คือ เจตจำนง (The will) กระบวนทัศน์เป็นสมรรถนะเข้าใจ (understanding) และเชิญชวนให้เจตจำนงตัดสินใจ กระบวนทัศน์แม้จะมีมากมาย กล่าวได้ว่าไม่มีคน ๒ คนที่มีกระบวนทัศน์เหมือนกันราวกับแกะ

กระบวนทัศน์การวิจัย (Research Paradigm) เป็นกระบวนการทางความคิดและปฏิบัติการเกี่ยวกับการวิจัยที่มีการเชื่อมโยงระหว่างโลกทัศน์ (worldview) และมโนทัศน์ (concept) ต่อความเป็นจริงหรือปรากฏการณ์ในโลกอันเป็นพื้นฐาน ในการสร้างและทำความเข้าใจรับรู้ (perception) ต่อความเป็นจริงหรือปรากฏการณ์นั้น ๆ เพื่อพัฒนาไปสู่การสร้างแนวปฏิบัติ (practice) รวมทั้งทิวทัศน์การจัดการ (management) ร่วมกัน โดยมีเป้าหมาย ในการสร้างแบบแผน (pattern) แบบจำลอง (model) รวมทั้ง ค่านิยม (value) ที่เป็นพื้นฐาน การจัดการตนเอง ของชุมชนหนึ่ง ๆ

ในเรื่องของกระบวนทัศน์นี้มีข้อที่น่าสนใจคือ การเปลี่ยนแปลงกระบวนทัศน์ นั้น เกิดขึ้นเพียงไม่กี่ครั้งเท่านั้นในสังคมมนุษย์ ครั้งที่หนึ่ง จากที่มนุษย์เร่ร่อนหากิน โดยการล่าสัตว์และเก็บพืชผลตามธรรมชาติมาทำเกษตรกรรมแบบตั้งรกราก และครั้งที่สอง เมื่อสมัยเรเนซอง และ การปฏิวัติอุตสาหกรรมตามมา โดยอาจมองเดคาร์ต-นิวตัน ว่าเป็นนักคิด นักวิทยาศาสตร์ที่ให้ความชัดเจน แก่กระบวนทัศน์ในยุคนั้น ซึ่งได้แบ่งกายออกจากจิตอย่างเด็ดขาด และนิวตันก็มองสรรพสิ่งว่าเป็นก้อน ดังเช่นลูกบิลเลียดที่เคลื่อนไหว กระแทกกระทั้น หรือสัมพันธ์กันแต่ภายนอก ซึ่งจะตรงข้ามกับทัศนะในการมองธรรมชาติแบบกระบวนทัศน์ใหม่ ซึ่งเกิดขึ้นในการเปลี่ยนแปลงกระบวนทัศน์ ครั้งที่สาม ที่มนุษยชาติกำลังจะก้าวเข้าสู่ยุคควอนตัมฟิสิกส์ที่ความสัมพันธ์แบบ เครือข่ายอันเป็น พลวัตจากภายในภายในกับจิต คือหนึ่งเดียวไม่อาจแบ่งแยกกันได้ เคลื่อนไหวแปรเปลี่ยนแทรกซึมอยู่ในทุกสรรพสิ่ง ฉะนั้น เมื่อโลกกำลังเปลี่ยนแปลงมนุษย์จึงจำเป็นต้องมีวิธีคิดแบบใหม่ ซึ่งผู้เขียนเองในฐานะที่เป็นส่วนหนึ่งของสังคม จึงพยายามชี้ให้เห็นว่า กำลังมีการชนปะทะกันระหว่าง วิทยาศาสตร์กายภาพ (mathematics philosophy) กับ universe ซึ่งเป็น machine กับโลกธรรมชาติ และอาจจะถึงจุดแตกหัก หากมนุษย์ยังคงดำเนินวิถีเช่นเดิมต่อไป แม้ว่าโลกยังคงอยู่ได้ แต่อาจมีมนุษยชาติ หลายเผ่าพันธุ์ไม่น้อย ที่จะต้องได้รับผลของความวิบัติที่เกิดขึ้น

อย่างไรก็ตาม ในปัจจุบันด้วยวิกฤตในแทบทุก ๆ ด้าน กลายเป็นวิกฤตการณ์ที่มีคุณค่าและความหมายในแง่ของการสื่อให้มนุษย์เริ่มรู้ตัว มนุษย์แทบทุกคนต่างรู้แล้วว่าเราต้องเปลี่ยนแปลง ดังนั้น กระบวนการเรียนรู้ทั้งหมดที่เป็นรากฐานของระบบทุกระบบของสังคม จึงต้องเปลี่ยนแปลงใหม่ไปด้วยกัน ทั้งกรูเพื่อให้สอดคล้องกับกระบวนทัศน์ใหม่ของสังคมด้วยเช่นกัน ฉะนั้น ระบบการศึกษาจึงต้องเปลี่ยนแปลงไปตามความจริงที่ยอมรับร่วมกันใหม่ โดยเปลี่ยนจากระบบการศึกษา ปัจจุบันที่สารพัดละทิ้งหมดนั้น อยู่ที่ภายนอก ที่มนุษย์รับรู้เป็นความแปลกต่าง ไปสู่กระบวนทัศน์ทางการศึกษาที่ขึ้นมาจากภายในออกมาภายนอก ด้านหนึ่งเป็นการศึกษาที่สอดคล้องกับกระบวนการวิวัฒนาการทางกายภาพ ของสมองและพฤติกรรมที่กำหนดจากภายใน มาปฏิสัมพันธ์กับสิ่งแวดล้อมภายนอก ให้มีการเคลื่อนไหววิวัฒนาการต่อไปอย่างไม่หยุดยั้ง ส่วนอีกด้านหนึ่งจะเป็นการเดินทางที่จะเตรียมนำตัวมนุษย์ไปสู่ปัญญาเหนือปัญญาของจักรวาลอีกทีหนึ่ง

เรียบเรียงโดย ปรียวรรณ สุวรรณสุนัย



ที่มาของข้อมูล

<http://www.novabizz.com/NovaAce/Paradigm.htm>



๐ ๕๐
แคว้นหลวง
๒๕๖๖



การเมือง กำลังร้อนสุดๆ เหมือนยืนอยู่ใกล้ภูเขาไฟที่กำลังปะทุเห็นควันไฟพวยพุ่ง รอเพียงลาวาจะระเบิดขึ้นมาแคว้นนักวิจัยเดือนนี้เรารู้จักนักวิจัยฝีมือระดับอาจารย์ใหญ่ท่านหนึ่ง คือ นายคณิน บุญสุวรรณ อดีตสมาชิกสภาาร่างรัฐธรรมนูญ(ส.ส.ร.) และอดีตสมาชิกสภาผู้แทนราษฎรหลายสมัย เป็นอาจารย์พิเศษที่จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ และสถาบันอื่นๆ อีกมากมาย และที่สำคัญเป็นอีกท่านหนึ่งที่ทำคุณให้แผ่นดินให้ชาวไทยทั้งหลายไม่ต้องสูญเสียการไฟฟ้าฝ่ายผลิตแห่งประเทศไทย (กฟผ.) ให้กับนายทุน รัฐวิสาหกิจแห่งนี้จึงยังเป็นทรัพย์สินของคนไทยอยู่ จึงขอกล่าวยกย่องท่านและแนะนำประวัติของท่านโดยสังเขป

การศึกษา

๑. จบชั้น ป. ๔ ที่โรงเรียนกาญจนสมัยศึกษา (วัดโพธิ์) ตำบลบ้านโชต อำเภอเมือง จังหวัดชลบุรี
๒. จบชั้น ม.๖ ที่โรงเรียนชลบุรี “สุขบท” จังหวัดชลบุรี
๓. จบชั้น ม.ศ. ๕ ที่โรงเรียนกรุงเทพคริสเตียนวิทยาลัย
๔. จบปริญญาตรี (เกียรตินิยมดี) จากคณะรัฐศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์
๕. จบปริญญาโททางรัฐศาสตร์ สาขาการปกครองเปรียบเทียบ จาก UNIVERSITY OF HOUSTON สหรัฐอเมริกา
๖. ได้รับทุนจากรัฐบาลสหรัฐฯ ทำการศึกษาจนจบหลักสูตรและได้รับประกาศนียบัตรในสาขาวิชา“การดำเนินนโยบายต่างประเทศของ สหรัฐฯ” จาก FLETCHER SCHOOL, TUFTS UNIVERSITY สหรัฐอเมริกา

ประวัติการรับราชการ

เริ่มต้นรับราชการเมื่อต้นปี ๒๕๑๖ เป็นวิทยากรโท สำนักนโยบายและแผน กรุงเทพมหานคร ช่วยราชการสำนักงานเลขาธิการรัฐมนตรี กระทรวงมหาดไทย ทำหน้าที่ผู้ช่วยเลขาธิการคณะกรรมการกลั่นกรองงานด้านนิติบัญญัติของกระทรวงมหาดไทย ต่อมาโอนไปรับราชการที่สำนักงานเลขาธิการรัฐสภา ในตำแหน่งหัวหน้างานพิธีการทูตและหัวหน้างานธุรการทั่วไป และโอนไปรับราชการที่สำนักงานคณะกรรมการป้องกันและปราบปรามยาเสพติด (ปปส.) สำนักนายกรัฐมนตรี ตำแหน่งสุดท้ายก่อนที่จะลาออกสมัครรับเลือกตั้งเป็นสมาชิกสภาผู้แทนราษฎรจังหวัดชลบุรี เมื่อปี ๒๕๒๒ เป็นหัวหน้าฝ่ายต่างประเทศ ปปส. รวมเวลารับราชการประมาณ ๗ ปี

ประวัติทางการเมืองและการบริหาร

๑. ได้รับเลือกตั้งเป็นสมาชิกสภาผู้แทนราษฎร จังหวัดชลบุรี (เขต ๒) ระหว่างปี ๒๕๒๒ - ๒๕๒๖
 - เป็นกรรมาธิการและเลขานุการ คณะกรรมาธิการการคลังการธนาคารและสถาบันการเงิน ของสภาผู้แทนราษฎร
 - เป็นกรรมาธิการและโฆษกคณะกรรมาธิการวิสามัญพิจารณาร่างพระราชบัญญัติงบประมาณรายจ่ายประจำปี ๒๕๒๔
 - เป็นมนตรีฝ่ายไทยในสหภาพรัฐสภา (IPU) ๒ ปีซ้อน (ปี ๒๕๒๓ และปี ๒๕๒๔)
 - เป็นกรรมาธิการพิจารณาแก้ไขรัฐธรรมนูญ ของสภาผู้แทนราษฎร
 - เป็นรองประธานคณะกรรมการปรับปรุงระบบงานรัฐสภา
 - ได้รับคัดเลือกจากสื่อมวลชนสายรัฐสภา ให้เป็น ส.ส. ดีเด่น ในปี ๒๕๒๔
 - ได้รับคัดเลือกจากคณะกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิของจังหวัดชลบุรีให้เป็น ส.ส. ดีเด่น ในปี ๒๕๒๕
๒. ได้รับเลือกตั้งเป็นสมาชิกสภาผู้แทนราษฎร กรุงเทพมหานคร (เขต ๒ ดุสิต พญาไท ปทุมวัน ป้อมปราบบางรัก พระนคร สัมพันธวงศ์ คลองสาน) เมื่อปี ๒๕๒๘ คู่กับพลเอกหาญ สีนานนท์
๓. เป็นรองเลขาธิการพรรคประชาธิปัตย์ ปี ๒๕๒๘ - ๒๕๒๙
๔. ได้รับแต่งตั้งเป็นผู้อำนวยการองค์การตลาดเพื่อเกษตรกร (อตก.) ระหว่างปี ๒๕๒๙ - ๒๕๓๑
 - ได้รับโล่เชิดชูเกียรติในฐานะผู้บริหารรัฐวิสาหกิจตัวอย่างที่ซื่อสัตย์ เอาใจจริงเอาใจ และต่อต้านการทุจริตคอร์รัปชันอย่างเข้มแข็ง
 - ได้รับคำชมเชยอย่างเป็นทางการ ในที่ประชุมคณะรัฐมนตรีสมัยพลเอกเปรม ติณสูลานนท์ เป็นนายกรัฐมนตรี ถึงสองครั้ง
๕. ได้รับเลือกตั้งเป็นสมาชิกสภาผู้แทนราษฎร จังหวัดชลบุรี (เขต ๑) พรรคเอกภาพ เมื่อ ๑๓ กันยายน ๒๕๓๕
 - เป็นรองหัวหน้าพรรคเอกภาพ
 - เป็นกรรมการประสานงานพรรคร่วมรัฐบาล (วิป)
 - เป็นรองประธานคนที่ ๑ คณะกรรมาธิการวิสามัญศึกษาแนวทางแก้ไขรัฐธรรมนูญ
 - เป็นหนึ่งในคณะกรรมการพัฒนาประชาธิปไตย (คพป.) ซึ่งมีศาสตราจารย์นายแพทย์ ประเวศ วะสี เป็นประธาน อันเป็นจุดเริ่มต้นและต้นแบบของการปฏิรูปการเมืองในยุคปัจจุบัน
 - เป็นรองประธานคนที่ ๑ คณะกรรมาธิการวิสามัญศึกษาหาทางแก้ไขการตอบโต้ทางการค้าของสหรัฐอเมริกา
 - เป็นกรรมาธิการการคลัง การธนาคาร และสถาบันการเงิน ของสภาผู้แทนราษฎร
 - เป็นกรรมาธิการวิสามัญพิจารณาปัญหาวิกฤตการณ์ในระบบตุลาการ

- เป็นกรรมาธิการวิสามัญพิจารณาร่างพระราชบัญญัติลิขสิทธิ์
 - เป็นคณะทำงานยกร่างประเด็นแก้ไขรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย
 - เป็นกรรมาธิการและโฆษกคณะกรรมาธิการวิสามัญพิจารณาร่างพระราชบัญญัติงบประมาณรายจ่ายประจำปีงบประมาณ ๒๕๓๘
- ได้รับคัดเลือกจากคณะกรรมการผู้ทรงคุณวุฒิของหนังสือพิมพ์ “วิญญูการการเมือง” ให้เป็นหนึ่งในสิบ ส.ส. เด่น ประจำปี ๒๕๓๗
๖. บทบาทและและกิจกรรมด้านต่างประเทศ ในระหว่างดำรงตำแหน่งสมาชิกสภาผู้แทนราษฎร จังหวัดชลบุรี ระหว่าง ๑๓ กันยายน ๒๕๓๕ - ๑๙ พฤษภาคม ๒๕๓๘
- เป็นเลขาธิการ (Secretary General) ของหน่วยประจำชาติไทยในองค์การรัฐสภา อาเซียน (AIPO)
 - เป็นประธานคณะทำงานศึกษาเบื้องต้น เกี่ยวกับการจัดตั้งรัฐสภาอาเซียน (ASEAN PARLIAMENT)
 - ได้รับเชิญเป็นตัวแทนของรัฐสภาไทยไปเยือนประเทศสหรัฐอเมริกาอย่างเป็นทางการโดยมี ฯพณฯ มารุต บุญนาค ประธานรัฐสภาเป็นหัวหน้าคณะ ระหว่างวันที่ ๒๐ - ๒๘ มีนาคม ๒๕๓๖
 - เป็นรองหัวหน้าคณะผู้แทนรัฐสภาไทย ไปร่วมประชุมร่วมระหว่างองค์การรัฐสภา อาเซียน (AIPO) กับรัฐสภายุโรป (EP) ที่กรุงสตราสเบิร์ก ประเทศฝรั่งเศส เมื่อวันที่ ๒๑ - ๒๓ มิถุนายน ๒๕๓๖
 - เป็นรองหัวหน้าคณะผู้แทนรัฐสภาไทยไปร่วมประชุมสมัชชาใหญ่ครั้งที่ ๑๔ ขององค์การรัฐสภาอาเซียน (AIPO) กรุงกัวลาลัมเปอร์ ประเทศมาเลเซีย ระหว่างวันที่ ๒๐ - ๒๔ กันยายน ๒๕๓๖
 - เป็นรองหัวหน้าคณะผู้แทนรัฐสภาไทยเดินทางไปเชื่อมสัมพันธ์มิตรกับรัฐสภาของประเทศสมาชิกองค์การรัฐสภาอาเซียนได้แก่ อินโดนีเซีย ฟิลิปปินส์ มาเลเซีย และ สิงคโปร์ เมื่อวันที่ ๒ - ๖ สิงหาคม ๒๕๓๖
 - ได้รับเชิญไปปฏิบัติงานด้านตลาดหลักทรัพย์และธนาคารชาติของญี่ปุ่น สาธารณรัฐเกาหลี และฮ่องกง ในฐานะกรรมาธิการการคลัง การธนาคาร และสถาบันการเงิน ระหว่างวันที่ ๒๑ - ๓๐ มกราคม ๒๕๓๗
 - เป็นหัวหน้าคณะผู้แทนรัฐสภาไทยไปร่วมประชุมคณะกรรมการพิเศษว่าด้วยกิจการบริหารและโครงสร้างขององค์การรัฐสภาอาเซียน (AIPO) ที่กรุงมะนิลา ประเทศฟิลิปปินส์ ระหว่างวันที่ ๑๗ - ๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๓๗
 - ได้รับเชิญร่วมกับคณะผู้แทนรัฐสภาของกลุ่มอาเซียนให้เดินทางไปเยือนสาธารณรัฐประชาชนจีนอย่างเป็นทางการ ระหว่างวันที่ ๖ - ๑๖ มิถุนายน ๒๕๓๗
 - เป็นรองหัวหน้าคณะผู้แทนรัฐสภาไทย ไปร่วมประชุมสมัชชาใหญ่ครั้งที่ ๑๕ ขององค์การรัฐสภาอาเซียน(AIPO) ณ กรุงมะนิลา ประเทศฟิลิปปินส์ ระหว่างวันที่ ๑๙ - ๒๓ กันยายน ๒๕๓๗

– ได้รับเชิญไปดูงานด้านตลาดหลักทรัพย์และสถาบันการเงินของประเทศบราซิลและแอฟริกาใต้ ในฐานะกรรมการการคลัง การธนาคาร และสถาบันการเงิน ระหว่างวันที่ ๓๐ มีนาคม – ๙ เมษายน ๒๕๓๘ ตำแหน่งหน้าที่และความรับผิดชอบในสภาร่างรัฐธรรมนูญ(๒๖ ธันวาคม ๒๕๓๙ – ๑๑ ตุลาคม ๒๕๔๐)

๑. เป็นสมาชิกสภาร่างรัฐธรรมนูญจังหวัดชลบุรี
๒. เป็นที่ปรึกษาประธานสภาร่างรัฐธรรมนูญ
๓. เป็นกรรมการประชาสัมพันธ์ ของสภาร่างรัฐธรรมนูญ
๔. เป็นโฆษกคณะกรรมการร่างรัฐธรรมนูญ
๕. เป็นรองประธานคณะกรรมการพิจารณาร่างรัฐธรรมนูญ บทบาทที่เกี่ยวข้องกับสถาบันการศึกษาระดับสูง

บทบาทที่เกี่ยวข้องกับสถาบันการศึกษาระดับสูง

๑. เป็นอาจารย์พิเศษและได้รับเชิญไปบรรยายหรือแสดงปาฐกถา ที่สถาบันบัณฑิตพัฒนบริหารศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์ มหาวิทยาลัยเชียงใหม่ มหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒประสานมิตรและบางแสน มหาวิทยาลัยบูรพา มหาวิทยาลัยขอนแก่น มหาวิทยาลัยรามคำแหง วิทยาลัยกองทัพบก โรงเรียนเสนาธิการทหารอากาศ กอ.รมน.รวมทั้งวิทยาลัยพยาบาล และสถาบันราชภัฏอีกหลายแห่ง ตั้งแต่พ.ศ. ๒๕๒๕ – ปัจจุบัน

๒. เป็นอาจารย์ผู้ร่วมผลิตตำราของมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมิกราช สาขาวิชารัฐศาสตร์ ในภาควิชา “ปัญหาการเมืองการปกครองไทยปัจจุบัน” พ.ศ. ๒๕๒๙ – ๒๕๓๐

๓. เป็นกรรมการและอาจารย์ผู้ร่วมผลิตตำรา ชุดฝึกอบรมหลักสูตรผู้ช่วยดำเนินงานของสมาชิกสภาผู้แทนราษฎรและสมาชิกวุฒิสภา ของสาขาวิชารัฐศาสตร์ร่วมกับสำนักการศึกษาต่อเนื่อง มหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมิกราช พ.ศ. ๒๕๓๖

๔. เป็นกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ หลักสูตรปริญญามหาบัณฑิตทางการศึกษา สาขาบริหารการศึกษา บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา ปีการศึกษา ๒๕๓๗ เรื่อง “ภาพลักษณ์ของกระทรวงศึกษาธิการในทัศนะของนักการเมือง”

๕. เป็นกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ หลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชากฎหมายมหาชน คณะนิติศาสตร์ จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา ๒๕๔๑ เรื่อง “ร่างพระราชบัญญัติเกี่ยวกับการเงิน”

๖. เป็นกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ หลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชานิติศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา ๒๕๔๒ เรื่อง “ระบบการควบคุมและถอดถอนรัฐมนตรีในประเทศไทย”

๗. เป็นกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ หลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรมหาบัณฑิต ภาควิชานิติศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา ๒๕๔๓ เรื่อง “ความเป็นไปได้ในการ

นำเอาระบบอิมพีชเมนต์ของสหรัฐอเมริกามาใช้กับกระบวนการถอดถอนบุคคลออกจากตำแหน่งในประเทศไทย”

๘. เป็นประธานกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ หลักสูตรปริญญานิติศาสตร์มหาบัณฑิต ภาควิชานิติศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา ๒๕๔๕ เรื่อง “การจำกัดการใช้สิทธิและเสรีภาพตามรัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พุทธศักราช ๒๕๔๐ มาตรา ๒๙ : ศึกษาเฉพาะกรณีการระบอบทัญญูติแห่งรัฐธรรมนูญ ที่ให้อำนาจในการตรากฎหมายจำกัดสิทธิและเสรีภาพ”

๙. เป็นกรรมการสอบวิทยานิพนธ์ หลักสูตรปริญญานิติศาสตร์มหาบัณฑิต ภาควิชานิติศาสตร์ บัณฑิตวิทยาลัย จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย ปีการศึกษา ๒๕๔๕ เรื่อง “ปัญหาเกี่ยวกับผู้ทรงสิทธิและเสรีภาพตามรัฐธรรมนูญ”

๑๐. เป็นผู้มีส่วนอย่างสำคัญในการริเริ่มยกระดับมหาวิทยาลัยศรีนครินทรวิโรฒ (บางแสน) ให้เป็นมหาวิทยาลัยเต็มรูปแบบของภาคตะวันออก โดยเป็นผู้มีส่วนร่วมร่างกฎหมายจัดตั้งมหาวิทยาลัย ซึ่งเดิมจะใช้ชื่อว่า “มหาวิทยาลัยบางแสน” ในช่วงระหว่างปี ๒๕๒๔ - ๒๕๒๖ ปัจจุบันเป็น “มหาวิทยาลัยบูรพา”

ผลงานที่ผ่านมาของ นายคณิน บุญสุวรรณ

๑. จีนสามยุค (พิมพ์ครั้งที่ ๒)
๒. ศัพท์รัฐสภา
๓. สาระนั้นรู้เกี่ยวกับการประชุมสภา
๔. การเมืองและการปกครองของอังกฤษ
๕. ปทานุกรมศัพท์รัฐสภาไทย
๖. หลับตามอง
๗. รัฐมนตรีเมืองไทย
๘. ลั่นกลองทุกข์
๙. ตีกลองลับอภิมหาอำนาจ
๑๐. ฝ่า อดก.
๑๑. ภาษาการเมืองในระบอบรัฐสภา
๑๒. ส.ส. คณินรายงานประชาชน
๑๓. คู่มือสภาตำบลและอบต.
๑๔. วิพากษ์กฎหมายเลือกตั้ง
๑๕. ๕๐ คำถาม สสร.
๑๖. รัฐธรรมนูญฉบับประชาชน
๑๗. กระบวนการทำงานของระบบรัฐสภา
๑๘. คู่มืออ่านรัฐธรรมนูญฉบับใหม่ (พิมพ์ครั้งที่ ๔)
๑๙. กระบวนการทำงานของระบบรัฐสภาตามรัฐธรรมนูญฉบับใหม่

๒๐. ๕๘๕ คำถามรัฐธรรมนูญใหม่
๒๑. สิทธิเสรีภาพของคนไทย : ศักดิ์ศรีความเป็นคน
๒๒. มีอะไรใหม่ในรัฐธรรมนูญฉบับนี้
๒๓. บทบาทและอำนาจหน้าที่ของวุฒิสภา
๒๔. สิทธิ เสรีภาพ และการมีส่วนร่วมของประชาชน ในการอนุรักษ์ทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
๒๕. สิทธิ เสรีภาพ และการคุ้มครองบุคคลตามรัฐธรรมนูญฉบับใหม่
๒๖. ระบบศาลและกระบวนการยุติธรรม
๒๗. คู่มือการเรียนการสอน รัฐธรรมนูญแห่งราชอาณาจักรไทย พ.ศ. ๒๕๕๐
๒๘. ประวัติรัฐธรรมนูญไทย
๒๙. พระมหากษัตริย์กับรัฐธรรมนูญ (พิมพ์ครั้งที่ ๒)
๓๐. ระบบการเมืองไทยตามรัฐธรรมนูญฉบับใหม่
๓๑. รอบรู้เรื่องรัฐธรรมนูญ
๓๒. รัฐธรรมนูญฉบับใหม่กับการปฏิรูปการเมือง
๓๓. รัฐธรรมนูญที่ “ข้าราชการ” ควรรู้
๓๔. ยุทธศาสตร์ทางเลือกของชาติ
๓๕. โครงสร้างใหม่ การปฏิรูประบบบริหารราชการแผ่นดิน
๓๖. รัฐสภาในโลก
๓๗. ๖ ปี รัฐธรรมนูญ
๓๘. คู่มือการใช้สิทธิของประชาชน (พิมพ์ครั้งที่ ๒)
๓๙. ๗ ปีปฏิรูปการเมือง หนีเสือปะจระเข้?
๔๐. อธิบายศัพท์รัฐธรรมนูญ อังกฤษ - ไทย ไทย - อังกฤษ
๔๑. ปทานุกรมศัพท์รัฐสภาและการเมืองไทย ฉบับสมบูรณ์

เรียบเรียงโดย วิมลรักษ์ ศานติธรรม



จดท้ายวิจัย

เมื่อวันที่ ๙ - ๑๓ กันยายน ๒๕๔๙ กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร ได้เข้าร่วมจัดแสดงผลงานภาคนิทรรศการในงาน “การนำเสนอผลงานวิจัยแห่งชาติ พ.ศ. ๒๕๔๙ (Thailand Research Expo ๒๐๐๖) ณ ห้องบางกอกคอนเวนชัน เซ็นเตอร์ ศูนย์การค้าเซ็นทรัลพลาซ่า ลาดพร้าว ตามคำเชิญจากสำนักงานคณะกรรมการวิจัยแห่งชาติ (วช.) โดยผลงานที่กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา นำไปจัดแสดงและเผยแพร่มีจำนวน ๙ เรื่อง ได้แก่

๑. บทบาทของคณะกรรมการสิทธิการสามัญ สภาผู้แทนราษฎร
๒. กระบวนการนิติบัญญัติของรัฐสภาไทย
๓. การแก้ไขปัญหาการทุจริต ในระบบการเมืองและวงราชการไทย
๔. บทบาทและความรับผิดชอบของสมาชิกสภาผู้แทนราษฎร และสมาชิกวุฒิสภาในอนาคต ตามทัศนะของประชาชน
๕. สำคัญและแนวทางการพัฒนาสภาผู้แทนราษฎร ใน ๑๐ ปีข้างหน้า
๖. ผลงานวิจัยที่เกี่ยวข้องกับรัฐสภาไทยในรอบ ๓๐ ปี (พ.ศ. ๒๕๑๕ - ๒๕๔๕)
๗. ระบบการประกันคุณภาพของหน่วยงานธุรการในสังกัดรัฐสภา
๘. ความต้องการด้านสารสนเทศของรัฐสภาไทย
๙. บทบาทของคณะกรรมการต่อนโยบายของรัฐบาล

จัดทำในลักษณะบทสรุปสำหรับผู้บริหาร รูปเล่มรายงานวิจัย แผ่น CD แผ่นพับและโปสเตอร์ประชาสัมพันธ์ กิจกรรมการให้ทุนสนับสนุนการวิจัยของสำนักงานฯ ซึ่งได้รับความสนใจจากผู้เข้าชมนิทรรศการเป็นอย่างมาก หากท่านผู้อ่านสนใจสามารถติดต่อได้ที่ กลุ่มงานวิจัยและพัฒนา สำนักวิชาการ สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร ถนนประดิพัทธ์ เขตพญาไท กรุงเทพมหานคร ๑๐๔๐๐

บรรณาธิการ





พิมพ์ที่ : สำนักการพิมพ์
สำนักงานเลขาธิการสภาผู้แทนราษฎร